PERSONALIDADES PELIGROSAS

JOE NAVARRO

Agente especial del FBI (retirado)

con la colaboración de **TONY SCIARRA POYNTER**

UN CRIMINÓLOGO DEL FBI MUESTRA CÓMO **IDENTIFICAR** A LAS **PERSONAS MALVADAS** OCULTAS ENTRE NOSOTROS

PARA LAS VICTIMAS

Hay dos tipos de personas en este mundo: los que llenan su taza y los que la drenan. —Joe Navarro

NOTA DEL AUTOR

ESTE LIBRO TIENE LA INTENCIÓN DE informar al lector o validar lo que el lector pudo haber presenciado o experimentado. No pretende ser una guía clínica y no debe reemplazar los servicios de un profesional capacitado o con licencia.

Cada vez que hablo con las víctimas, soy muy consciente de lo que han sufrido y de la necesidad de proteger su privacidad y dignidad, por lo que he cambiado los nombres de todas las víctimas que entrevisté. Para protegerlos aún más, modifiqué ligeramente los detalles de los eventos, las fechas, la hora y el lugar porque ahora se pueden buscar algunos informes policiales y divorcios por palabras específicas o grupos de palabras. Al final, hice todo lo posible para proteger a las víctimas sin perder el carácter o la forma del delito y lo que soportaron.

EXPRESIONES DE GRATITUD

EN CUALQUIER MOMENTO QUE HAGA UN VIAJE INTELECTUAL, hay muchas personas que agradecer. La bibliografía está llena de esas personas que se tomaron el tiempo para compartir lo que saben: tienen mi más profundo aprecio.

El fallecido Dr. Phil Quinn, quien me persuadió para que me uniera a la facultad adjunta en el departamento de criminología de la Universidad de Tampa, sirvió como mentor durante más de una década mientras estudiaba y exploraba estas personas con defectos de carácter y

personalidad. Para mí, su perspectiva como humanitario, sacerdote, psicólogo y criminólogo fue realmente única y contribuyó significativamente a mi comprensión de un tema complejo.

Michel St-Yves, del Sûreté du Québec y colega autor, siempre me ha honrado con su amistad y colaboración a lo largo de los años en numerosos proyectos aquí y en Canadá, donde es un gigante en su campo. Una vez más, no me decepcionó con sus críticas a este libro.

Un agradecimiento especial a Kaja Perina, editora en jefe de Psychology Today, quien se tomó un tiempo de su apretada agenda para comentar los primeros borradores del manuscrito. El Dr. Leonard Territo recibe mi admiración y también mis agradecimientos. Mientras terminaba su duodécimo libro, se tomó el tiempo de su apretada agenda para revisar este manuscrito meticulosamente conmigo línea por línea. Su vasta experiencia trabajando con personalidades peligrosas, incluido Ted Bundy, fue extremadamente útil. Su prólogo es muy amable.

Este libro no sería posible sin Steve Ross, director de la División de Libros de la Agencia de Artistas Abrams. Steve es el tipo de agente literario que hace las cosas, y es, sin duda, una de las personas más interesantes con las que compartir una comida.

Quiero agradecer a Alex Postman, Jennifer Levesque y al resto del equipo de Rodale Books que aprecian el bienestar de los demás tanto física como mentalmente y que, al ver este manuscrito, comprendieron de inmediato su potencial para salvar vidas. A nuestros editores Michael Zimmerman y Jeff Csatari, gracias por aterrizar en este proyecto en la carrera; lo uniste todo, bien hecho.

Los primeros borradores de este trabajo fueron cuidadosamente leídos y releídos por Janice Hillary. Le agradezco su perspicaz apoyo y orientación. Si tan solo pudiéramos tener maestros como ella, una maestra que se preocupa por sus alumnos, incluso los viejos como yo.

Mi agradecimiento a Elizabeth Lee Barron, de la Biblioteca McDonald Kelce de la Universidad de Tampa, que me ayudó generosamente a

encontrar material de referencia y que, como mi buen amigo Marc Reeser del FBI, siempre me hace reír.

Para Toni Sciarra Poynter, estoy en deuda contigo una vez más por dar forma a mis palabras y pensamientos, pero más importante, por ser inquisitivo, por compartir ideas y conceptos que son transformadores y por ser singularmente meticuloso. Qué regalo tienes para escribir y para hacer mi tarea mucho más fácil. Gracias mi amigo.

Además, debo agradecer a mi familia aquí y en Europa por tolerar mis ausencias mientras luchaba por escribir un manuscrito que era tres veces más grande de lo que el lector verá. A mi esposa, Thryth, por quien tengo un respeto tan profundo, debo agradecerte por lo que eres; para proporcionar valioso consejo y apoyo amoroso; y por su paciencia mientras luchaba por trabajar en este libro por más de un año. Eres una bendición en todos los sentidos de la palabra que con demasiada frecuencia tiene que aislarme de las distracciones. Y, por último, agradezco a mis padres, que me honran llamándome su hijo y por haberme brindado un ambiente amoroso sin personalidades peligrosas.

Joe Navarro, MA, Agente Especial del FBI (Ret.)

Tampa

Noviembre de 2013

ME HAGO ECO DE JOE ES GRACIAS A Steve Ross de la Agencia de Artistas Abrams, a nuestros editores Mike Zimmerman y Jeff Csatari, y para el equipo de Rodale Books para todos sus esfuerzos en favor de este libro.

Gracias a doña Munker por ser la amiga y compañera más sincera, cariñosa y cariñosa que alguien pueda tener.

Amor y gratitud a mi esposo, Donald, por estar siempre en mi ejército y en mi esquina, y por la forma en que podemos hablar sobre lo más oscuro de lo oscuro y lo más brillante de lo brillante.

A Joe Navarro, gracias por nuestro trabajo conjunto y por nuestras muchas entrevistas y conversaciones reflexivas sobre las formas de las

personalidades peligrosas, un terreno extraño que conocías demasiado bien. Gracias por su incansable trabajo en todos los aspectos de este libro, por su dedicación, por su humor y por su feroz alegría de aprender y trabajar. Cuando me envías un correo electrónico para decir: "Estoy en eso", sé que estás en eso.

Finalmente, a riesgo de sonar poco serio, estoy agradecido de que nuestra gata Lucy a menudo se acurrucara suavemente al alcance de su brazo en su percha de lana cuando se sentía doloroso escribir sobre estas personalidades.

Toni Sciarra Poynter

Nueva York diciembre 2013

PREFACIO

CUANDO MI BUEN AMIGO Y colega Joe Navarro completaron el primer borrador de este libro, me preguntó si revisaría el manuscrito y haría algunos comentarios constructivos cuando fuera apropiado. Una vez que tomé el libro y comencé a leerlo, no pude dejarlo. Es sin duda uno de los libros más interesantes, útiles y fáciles de usar que he leído sobre este tema. Aunque se han realizado numerosos estudios académicos en el análisis de personalidades peligrosas, Joe ha tomado la decisión consciente de no cargar este libro con jerga de ciencias sociales o con análisis estadísticos elaborados. Sin embargo, deja en claro al lector que sus discusiones y conclusiones sobre estas personas están bien fundadas y basadas en sus muchos años de experiencia como Agente Especial del FBI y perfilador criminal.

Una de las principales preguntas que me vinieron a la mente cuando leí este libro fue: ¿Quién lo encontraría útil e interesante? Llegué a una conclusión de una palabra: todos. Esto se debe a que todos nosotros en algún momento de nuestras vidas seguramente encontraremos una o más de estas personalidades peligrosas. En algunos casos, pueden ser

miembros de la familia, personas con las que estamos saliendo o con la intención de casarnos, amigos íntimos o casuales, o socios profesionales.

Este libro es valioso porque ayudará a los lectores a comprender que cuando se enfrentan a una de estas personalidades peligrosas, incluso casualmente, hay una buena posibilidad de que sean víctimas. Estas personas son tan imperfectas e insensibles que pueden hacernos sentir como si fuéramos responsables del sufrimiento que causan, mientras permanecen inmunes a modificar o cambiar su comportamiento tóxico.

Si este libro se lee cuidadosamente, será de gran ayuda para lograr una serie de objetivos. Primero, ayudará a los lectores a reconocer personalidades peligrosas y evitar que entren en sus vidas en primer lugar. En segundo lugar, proporcionará a los lectores sugerencias específicas sobre cómo tratar con la mayor eficacia posible a esas personas si es necesario. En tercer lugar, y lo más importante, las advertencias expuestas en este libro, si se cumplen, pueden salvarle la vida o, al menos, evitar que alguien resulte gravemente lesionado mental, físico o financiero.

Como ex detective de homicidios y criminólogo aún activo, personalmente he presenciado el caos que estas personalidades peligrosas infligen a víctimas inocentes. Asesinan, violan, asaltan, roban, intimidan y explotan a cualquiera que caiga dentro de su esfera de influencia y control. En base a mis muchos años de experiencia en la aplicación de la ley, así como a mi propia investigación extensa como criminólogo, me siento confiado al decir que es probable que alguien con una personalidad peligrosa entre en tu vida o en la vida de alguien que amas. Si bien la vigilancia es útil, la vigilancia junto con el conocimiento es óptima para mantenernos a salvo. Puedo decir con confianza que Joe Navarro ha escrito un libro notable que cumple ese propósito.

Dr. Leonard Territo

Distinguido Profesor de Justicia Criminal, Universidad de Saint Leo,

Saint Leo, Florida, y Profesor Emérito, Departamento de Criminología,

Universidad del sur de Florida, Tampa

INTRODUCCIÓN

POR QUÉ ESCRIBÍ ESTE LIBRO Y CÓMO USARLO

EL 27 DE JUNIO DE 1975, una joven llamada Susan "Sue" Curtis desapareció de un campus universitario muy seguro. Tenía 15 años y asistía a una conferencia juvenil en la Universidad Brigham Young en Provo, Utah, donde yo era un oficial de policía novato.

Llevé a cabo la investigación inicial sobre su desaparición. Entrevistamos a amigos y familiares en busca de pistas y supimos que ella había regresado a su habitación para limpiar sus nuevos aparatos. Pero cuando busqué en su habitación, su cepillo de dientes estaba seco. Ella nunca había regresado.

Podríamos dar cuenta de parte de su actividad (se había usado su boleto de almuerzo), pero estábamos limitados en lo que podíamos reconstruir, esto fue antes de que las cámaras fueran ubicuas en los campus y los teléfonos celulares nos mantuvieran conectados.

Hablamos con su familia. Todavía recuerdo su insondable dolor y desesperación. Su trauma fue devastador y triste, muy triste.

Sue nunca fue encontrada, y finalmente todas las pistas razonables se agotaron. Pero el misterio de su desaparición siempre me molestó porque había estado de guardia esa noche, patrullando el campus, y de alguna manera me sentía parcialmente responsable. Guardé una copia del archivo del caso que contenía una fotografía grande de ella, y durante años después, escaneé multitudes, buscando una cara que se pareciera remotamente a la de ella. También guardé el archivo para recordarme mi fracaso para proteger esa alma inocente.

Pasaron los años y pasé a ser agente del FBI. Entonces, un día, recibí una llamada de un investigador de Salt Lake City. "Hay algo que debes saber", me dijo. “Nunca encontramos a Sue Curtis. Pero sabemos quién se la llevó. Continuó diciendo que un joven apuesto había estado conduciendo por el

campus en un Volkswagen esa noche, buscando una víctima. Ese hombre finalmente admitió haber secuestrado y asesinado a Sue Curtis. Su nombre era Theodore "Ted" Bundy, un hombre que eventualmente confesaría el asesinato de 35 mujeres jóvenes en cuatro estados diferentes.

Todavía es difícil pensar en la chica de ojos almendrados con cabello largo cuya foto miré día tras día... cuyo diario leí... cuya ropa olí por signos de dónde podría haber estado... cuyos zapatos sentí la humedad o la suciedad mientras buscaba desesperadamente cualquier pista sobre su paradero. Es muy posible que haya visto a su asesino esa noche conduciendo por el campus. Hubiera mirado dos veces su auto por no tener una etiqueta de estudiante o facultad de BYU, pero muchos no lo hicieron ese día, ya que había tantos visitantes en el campus. No se vio ni se informó actividad ilegal. Era como cualquier otro día, excepto que ese día había una personalidad peligrosa en el campus: un depredador y un asesino en serie que mataría muchas veces más.

BYU es uno de los campus más seguros del país, sin embargo, hubo un secuestro y una vida quitada. ¿Cómo había sucedido esto y quién haría algo así? La comprensión de que una persona puede hacer tanto daño, no solo a las víctimas sino también a sus seres queridos, fue escalofriante. Tenía 22 años, un oficial de policía en uniforme, cuando realmente entendí que hay personalidades peligrosas en este planeta, y que, debido a ellas, nunca podremos estar completamente a salvo. Me estremezco al pensar lo que Sue Curtis, de 15 años, tuvo que entender esa noche, sola con un depredador, antes de morir.

Estoy convencido de que este evento singular me llevó años más tarde a servir como perfilador criminal en la División de Tampa del FBI y más tarde en el Programa de Análisis de Comportamiento de élite de la División de Seguridad Nacional de élite del FBI. Me sentí obligado a comprender el comportamiento criminal y anormal, y este objetivo dominó gran parte de mi carrera en la Oficina. Sue Curtis desapareció en mi reloj. Esas fueron mis palabras e iniciales en ese informe de investigación. Ese trágico evento llevó mi pasión a buscar respuestas de quienes mejor conocían: los propios delincuentes y sus víctimas.

Lo que aprendí de ellos, durante un período de 4 décadas, es que hay ciertas personalidades que más lastiman a las personas. Una y otra vez, son responsables del crimen, el tormento, la miseria, las pérdidas financieras y la pérdida de vidas. Este libro trata sobre esas personalidades peligrosas que nos causan tanto dolor y sufrimiento. Lo que aprendí sobre delincuentes, comportamiento anormal y personalidades peligrosas también debe saberlo, porque puede salvarle la vida.

LA REALIDAD DE PERSONALIDADES PELIGROSAS

Por ahora, estamos familiarizados con el sombrío titular: el asesino solitario entra en un edificio de oficinas, aula, campamento u otra área y, aparentemente sin provocación, se abre con un rifle de asalto u otras armas, matando o mutilando a decenas de víctimas inocentes. Y después de cada uno de estos eventos, después de que el caos termina y las víctimas son enterradas o remendadas (estas últimas sin duda traumatizadas de por vida, al igual que sus familias), se hace la pregunta: "¿Quién podría hacer algo así y podría ha sido prevenido?

Cuando ocurren estos eventos violentos, dominan las noticias y nos preocupan durante meses (las masacres en Virginia Tech; en la escuela secundaria Columbine y la escuela primaria Sandy Hook; y en Oslo, Noruega, por nombrar sólo algunos). Desafortunadamente, estos horribles asesinatos en masa ocurren con demasiada frecuencia. Solo en Estados Unidos, ocurren en promedio de 18 a 20 veces por año.[1] Viniendo a nosotros con una frecuencia casi metronómica, más de una por mes, tales eventos son casi paralizantes. "¿Cuántos fueron asesinados esta vez?" preguntamos incrédulos. ¿Fueron 8, 16, 26 o 77 (como en Utøya, Noruega, el 22 de julio de 2011, ¿a manos de Anders Behring Breivik)?

Sin embargo, a pesar de lo asombrosos que son estos eventos violentos, no representan la imagen completa de quién victimiza a la mayoría de las personas. La triste verdad es que, por cada asesino en masa, hay cientos más que matan a un niño a la vez, una cita a la vez, o un cónyuge a la vez, y estos eventos a veces apenas llegan a la página 6 en los principales periódicos. El caos que ocurre bajo el radar, sin ser noticia nacional, es el

tipo de crimen, tormento y sufrimiento que muchos de nosotros tenemos más probabilidades de experimentar.

Las personalidades peligrosas entre nosotros nos hacen daño a puerta cerrada en casa, en la iglesia, en la escuela y en la oficina, a menudo aprovechando en secreto a los desprevenidos o los confiados, y en su mayor parte, nadie se entera hasta que es demasiado tarde. Cuando aparecen en los titulares, es en esas raras ocasiones en que son atrapados. Son responsables de muchos de los casi 15, 000 homicidios, 4.8 millones de asaltos domésticos, 2.2 millones de robos, 354, 000 robos y más de 230, 000 asaltos sexuales que ocurren anualmente en los Estados Unidos, muchos de los cuales no son reportados ni castigados.[2] O, como Bernard Madoff, pueden malversar dinero de los ancianos o incluso de amigos durante años (a una escala tan grande, en su caso, que el bienestar económico de miles de personas se vio comprometido). Pueden permanecer tranquilos durante décadas, destruyendo vidas como lo hizo el violador de niños convicto Jerry Sandusky en la Universidad Estatal de Pensilvania.

Piense en aquellos momentos de su propia vida en los que alguien le robó algo o se aprovechó de usted. Quizás su casa fue robada o su automóvil fue allanado. Quizás saliste con alguien que resultó ser tóxico, o fuiste intimidado en la escuela o en el trabajo. Quizás ha sido agredido, asaltado o abusado sexualmente y nunca lo denunció, o si lo hizo, no salió nada. Mucho sucede a nuestro alrededor que nunca se informa, y cuando lo es, es raro que los responsables estén encarcelados. Durante 60 años, los criminólogos han sabido que menos del 1 por ciento de los delincuentes están encarcelados por sus crímenes.

Lo que esto significa para nosotros es que la mayoría de las personas que pueden lastimarnos, estas personalidades peligrosas, evitarán el escrutinio oficial, causarán estragos en nuestras vidas sin ser atrapados o persistirán durante años antes de ser detenidos. Y eso es solo daño físico. No todas las heridas son físicas. La mayoría de las personas que nos causan daño también lo harán emocional, psicológica o económicamente. Ellos

también son personalidades peligrosas porque nos ponen en riesgo a su manera.

CÓMO JUNTARON CUATRO PERSONALIDADES PELIGROSAS

Mientras trabajaba para el FBI como perfilador, comencé a ver un patrón emergente en cuanto a los tipos de personalidad que parecían dominar nuestra atención. Estas eran personas que constantemente hacían sentir miserables a los demás, infringían las leyes, se involucraban en conductas riesgosas, se aprovechaban o maltrataban a otros y, en general, causaban dolor y sufrimiento, no una vez, ni dos, sino repetidamente.

A través de mis propios esfuerzos y con la guía de otros, aprendí que hay ciertas personalidades que siempre serán desagradables, que son engañosas y manipuladoras, que obtienen placer de aprovecharse de los demás y que no respetan a las personas ni a las leyes. Son agotadores emocionalmente y pueden ser crueles, insensibles y explotadores. Y repetirán su comportamiento una y otra vez sin preocuparse por el daño físico o psicológico que infligen a los demás.

Al investigar, arrestar y hablar con violadores, asesinos, secuestradores, ladrones de bancos, delincuentes de cuello blanco, pedófilos y terroristas, aprendí, a veces por las malas, que las personalidades peligrosas pueden ser muy engañosas. Pueden verse y actuar de manera bastante normal en la superficie. Incluso pueden ser inteligentes, interesantes, encantadores y atractivos. Pero siempre son peligrosos.

En 1995, conocí a Kelly Therese Warren por primera vez. Treinta años vivía en Warner Robins, Georgia, con su hija y su esposo. Kelly había servido en el ejército manejando tareas de secretaría y había sido dada de baja honorablemente después de cumplir su gira en Alemania. Su esposo trabajaba en un aserradero, y ella hizo varios trabajos extraños, incluyendo el cuidado de niños y trabajar en una tienda de conveniencia.

Kelly siempre tenía una sonrisa para mí y me daba la bienvenida con un abrazo. La poca comida que tenían ella la compartió voluntariamente, y siempre se aseguraba de completar mi vaso de té helado endulzado. Ella

me habló más de una docena de veces durante un verano, siempre con una sonrisa.

Kelly me contó cómo había sido la vida como soldado del Ejército de los EE. UU. Estacionado en Alemania y cómo fue crecer pobre en el sur. Ella era divertida y alegre y siempre respondía mis preguntas y llenaba los vacíos. Durante casi un año, nos proporcionó a mis colegas del FBI y a mí información que usamos para perseguir a un criminal, y no solo un criminal, sino un espía del bloque soviético. Durante un año, seguimos cada palabra de Kelly. Perseguimos cada bit de información que ella ofreció con entusiasmo.

Pero algo no estaba bien. Nada de lo que Kelly nos decía estaba dando resultado. Tomó mucho tiempo darse cuenta porque la mayoría de los clientes potenciales estaban en Europa, no en los Estados Unidos. Finalmente, pudimos confrontarla con los hechos. Fue entonces cuando supimos que no solo había mentido, sino que había sido ella quien había puesto en riesgo a su nación. Fue ella quien, en sus veintes, en el apogeo de la Guerra Fría, había puesto en peligro a toda Europa Central al vender al bloque soviético planes de guerra altamente clasificados que ella había escrito.

Kelly, con su dulce sonrisa y su dulce té, fue un ejemplo más de cómo las personalidades peligrosas pueden ser encantadoras, divertidas e interesantes, pero también pueden poner en riesgo a toda una nación, o, en su caso, a una gran cantidad de naciones. Kelly cumple una condena de 25 años por cometer espionaje.

Estos individuos tienen defectos no solo en la personalidad sino también en el carácter, es decir, en la moral y la ética. En esencia, no se puede confiar en que le digan la verdad, que se preocupen y protejan, o que lo mantengan a salvo. Y debido a sus defectos, invariablemente su comportamiento deja un campo de escombros de sufrimiento humano.

Con el tiempo, me di cuenta de que había cuatro tipos de personalidad responsables de la mayoría del daño que estábamos viendo. Estas cuatro personalidades peligrosas diariamente nos ponen en riesgo financiera,

emocional o físicamente, y son las personalidades en las que nos centraremos en este libro:

- La personalidad narcisista.
- La personalidad emocionalmente inestable.
- La personalidad paranoica
- El depredador

MI INTENCIÓN

Dangerous Personalities es mi intento de compartir con ustedes lo que sé sobre aquellos que lo lastimarán. Personalidades peligrosas nos rodean. Pueden ser sus vecinos, amigos, jefe, fecha, cónyuge, parientes o padres. Pueden ser líderes comunitarios o profesionales responsables de su educación, dinero, salud o seguridad, y es por eso que tenemos que estar especialmente en guardia.

El mal, el crimen o el sufrimiento nos llegan de muchas maneras, y rara vez ondea una bandera o hace sonar un silbato para decir: "¡Prepárate, ya voy!" De hecho, desde mi propia experiencia como agente especial del FBI, sé que los delincuentes son increíblemente expertos en acercarse a nosotros para poder aprovecharlos. Dennis Rader, también conocido como el asesino BTK, se escondió a la vista durante 30 años. Viviendo en Park City, Kansas, cerca de Wichita, Rader fue un líder del consejo de la iglesia y un cazador de perros / oficial de cumplimiento de la ciudad. También fue un asesino en serie (al menos 10 víctimas) a quien le gustaba atar, torturar y matar, de ahí la denominación BTK, algo que mantuvo en secreto de su esposa e hijos, así como de funcionarios de la ciudad y su iglesia durante 3 décadas. David Russell Williams, coronel condecorado de las Fuerzas Canadienses, también ocultó un secreto de su esposa y sus compañeros oficiales: que era un violador y asesino en serie. ¿O qué tal la cantidad de sacerdotes católicos que durante décadas ocultaron sus crímenes de abuso infantil bajo las túnicas del clero?

Son casos como estos los que nos hacen preguntarnos, ¿en quién podemos confiar? ¿Cómo podemos detectar y evitar daños antes de que ocurra? Al final, debemos confiar en nuestras propias habilidades innatas para sentir el peligro, nuestros poderes de observación y los comportamientos de otros que nos alertan de que algo no está bien.

A veces, la única persona que hace las observaciones clave que pueden salvarlo es usted, sentado junto a esa persona extraña o espinosa en un cubículo en el trabajo o detrás de la puerta cerrada de su casa. Considere el caso de 2013 de Ariel Castro, quien retuvo, torturó y violó a tres niñas en su casa durante más de una década (más de 3.600 días, solo piense en eso). A las pocas horas de su arresto, los vecinos hablaron con los periodistas acerca de lo desconcertados que estaban, ya que Castro era "conocido como un rostro alegre, alguien que era bueno con los niños".[4] Un vecino que vivía dos puertas más abajo y que conocía a Castro durante 22 años dijo: "Me siento un poco culpable, debería haberlo visto".[5]

Pero, ¿qué pasaría si esos vecinos, familiares o sus compañeros músicos y miembros de la banda (Castro tocara la guitarra y cantara) hubieran sido mejores observadores? Lamentablemente, la mayoría de las personas simplemente no están motivadas para mirar más de cerca. De hecho, la sociedad desaprueba la intromisión en los negocios de otras personas y, francamente, la mayoría de la gente simplemente no sabe qué buscar. Lamentablemente, la ceguera social es la regla, no la excepción.

No quiero que seas víctima. No quiero que pases por lo que he presenciado y lo que tantos han sufrido. Quiero que tengas una vida feliz y plena. Pero sé que hay personalidades peligrosas por ahí, siempre listas para atormentarte o tomar lo que valoras. Si tiene alguna duda, simplemente lea el periódico y sabrá por qué tenemos que estar preparados.

Invariablemente, una persona que ha sido víctima más tarde pregunta: “¿Cómo podría pasarme esto a mí? ¿Por qué no vi las señales? Todos hemos experimentado esto, incluyéndome a mí. Si bien la retrospectiva es 20/20, la previsión es mayormente ciega. Nadie nos ha enseñado qué buscar. Los que trabajamos en casos penales sabemos que casi siempre

hay rasgos de personalidad o señales de comportamiento que, para los informados, dicen: "Aquí hay problemas, presten atención, tengan cuidado o salgan", pero o no fueron reconocidos o la gente eligió para ignorarlos.

Aquí es donde entra en juego Personalidades peligrosas. Quiero ayudarlo a anticipar cuándo alguien intentará aprovecharse de usted o lastimarlo. La seguridad es nuestra responsabilidad. No se puede subcontratar, y si tratamos de hacerlo, estaremos decepcionados. Los departamentos de policía están notoriamente sobrecargados De hecho, las clínicas de salud mental están inundadas, los tribunales todavía dejan escapar a muchos y, como ya se mencionó, la mayoría de los que hacen mal rara vez son atrapados. Por lo tanto, nuestra seguridad depende de nosotros.

Qué bueno sería si pudiéramos bloquear a estas personas de nuestras vidas tan fácilmente como hacemos spam o mensajes emergentes en Internet, con un solo clic. Pero no podemos. Eso significa que tenemos que estar en guardia. Quiero compartir esta información con usted porque no tenemos expertos a nuestro lado las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para preguntar y preguntar: "¿Qué crees que es peligroso?" "¿Es una buena persona?" "¿Puedo confiar en ella para cuidar a mi hijo?" "¿Debo invertir con él?" "¿Debería dejarla ser mi compañera de cuarto?" "¿Este gerente tiene la capacidad de arruinar mi empresa?" "¿Debería llevarlo a casa y dejarlo pasar la noche?" Estas decisiones son nuestra responsabilidad, sin embargo, pocos de nosotros estamos preparados para evaluar a otros adecuadamente para responder a estas preguntas. Cuando no respondemos hoy, podemos encontrar la triste respuesta en la portada del periódico de mañana.

Ahora puede desempeñar un papel activo para garantizar su seguridad. Dangerous Personalities le brinda asesoramiento experto de una manera simple y práctica para que pueda tomar el control de su vida. Quiero ayudarlo a aprender cómo evaluar a los demás por fallas de carácter o personalidad para reducir la posibilidad de que se aprovechen de usted emocional, psicológica, financiera o físicamente. Benjamin Franklin lo dijo mejor: "Una inversión en conocimiento paga el mejor interés". Solo

agregaría que una inversión en este tipo de conocimiento puede salvarle la vida.

UNA NOTA SOBRE TERMINOLOGÍA

Algunos lectores pueden preguntarse por qué elegí usar términos no clínicos como depredador y emocionalmente inestable para describir dos de las personalidades peligrosas en este libro. Esta es una pregunta válida.

Quería usar términos que los laicos pudieran entender de inmediato y que se transfirieran fácilmente entre culturas. Hubiera sido muy fácil (y tal vez beneficioso para la venta de libros, como sugirieron algunos amigos) usar el término psicópata para describir al depredador. Desafortunadamente, el término psicópata se ha vuelto tan usado que incluso algunos profesionales lo usan descuidadamente, cuando los más exigentes le dirían que el trastorno de conducta, el sociópata, el trastorno de personalidad antisocial o, como lo prefiere la Organización Mundial de la Salud, el trastorno de personalidad disocial sería más precisa o precisa3

La literatura médica y de salud mental diferencia claramente entre un psicópata, un sociópata, un individuo con trastorno de personalidad antisocial y un individuo con trastorno de conducta. Para etiquetar a alguien usando esos términos particulares, uno debe ser muy consciente de los criterios específicos establecidos por la comunidad de salud mental o por investigadores como Robert Hare.

Tan complejo como es para los profesionales, lo es más para el lector lego. Es por eso que decidí usar el término depredador, que resume el hecho de que estamos tratando con individuos que se aprovechan de otros, se aprovechan de otros y tienen poca consideración por las reglas o por los derechos y la santidad de los demás.

Del mismo modo, términos como personalidad límite, histriónico, trastorno de conducta o trastorno bipolar son un misterio para la mayoría de las personas que no están familiarizadas con el significado clínico completo de estos términos. Entonces, utilizo la denominación emocionalmente inestable para encapsular la esencia de esta personalidad para que la persona promedio, y eso me incluye, pueda entender.

También soy consciente de que algunos términos psicológicos, como límite o histriónico, se han vuelto tan cargados de significados y connotaciones negativas que estigmatizan o se usan peyorativamente mientras proporcionan poca claridad sobre lo que está en cuestión. Por estas razones, evité usar esos términos.

Sin embargo, se utilizó la personalidad narcisista y paranoica, porque estos términos son ampliamente entendidos, gracias a su largo pedigrí en la mitología y la literatura.

LISTAS DE VERIFICACIÓN DE PERSONALIDAD PELIGROSA

En el mundo donde trabajaba, nunca tuvimos el lujo de días o semanas para evaluar a un individuo. Las decisiones sobre a quién investigar, centrarse, seguir, cuestionar, confrontar, comprometer o arrestar tuvieron que tomarse rápidamente. Después de todo, cuando estás negociando con un secuestrador, no puedes decir: "Espera un minuto; tenemos que preguntarle a un comité de expertos cómo es realmente tu personalidad para que sepamos cómo tratar contigo". No funciona de esa manera. La vida real ocurre en tiempo real, y las decisiones deben tomarse en un instante.

En situaciones de crisis, nuestro conocimiento general del comportamiento humano era crítico, pero también lo era la información específica que recopilamos gradualmente sobre cómo se comportaban estas personalidades peligrosas. Con el tiempo, mientras estudiaba y hablaba con estas personas, así como con expertos y víctimas, sus características clave se formalizaron en listas de verificación para ayudarme a evaluar a estas personas en tiempo real en las situaciones de alto riesgo que enfrentamos diariamente en el FBI.

Lo que solo unos pocos perfiladores criminales del FBI sabían anteriormente, y lo que yo mismo usé repetidamente y refiné a lo largo de los años, ahora lo compartiré con ustedes.

Capítulo por capítulo, describiré los rasgos definitorios de cada una de las cuatro personalidades, cómo se comportan, cómo nos hacen sentir y dónde y cómo podemos encontrarlos, con ejemplos de la vida cotidiana,

mis propios archivos de delitos y el titular. Concluyo cada capítulo con la Lista de verificación de personalidades peligrosas específica para ese tipo de personalidad, que describe las principales señales de advertencia en lenguaje sencillo. Las listas de verificación incluyen un sistema de puntaje práctico y fácil de usar para ayudarlo a evaluar dónde se comportan los comportamientos de esta persona en un espectro de leve a moderado a severo, en otras palabras, de irritante a tóxico a peligroso.

Las listas de verificación lo ayudarán a comprender lo siguiente:

- Los rasgos y comportamientos de personalidad más comunes que dicen: "Proceda con precaución"

- Los rasgos, comportamientos o eventos que parecen normales pero que, de hecho, comunican peligro

- Lo que puede anticipar en el futuro de este individuo

- El posible nivel de amenaza para usted y aquellos que se asocian con este individuo

Cada lista de verificación es muy específica y altamente detallada, de hecho, mucho más detallada que las utilizadas por los profesionales de la salud mental al diagnosticar los trastornos de la personalidad. Al mirar las listas de verificación, puede preguntarse por qué son tan largas. La respuesta es simple. La evaluación de personalidades peligrosas es a menudo compleja y sutil. Las listas de verificación son largas porque deben serlo. Los detalles aseguran la precisión y ayudan a evitar el riesgo de pasar por alto comportamientos significativos o matizados que el laico puede haber olvidado o no haberse dado cuenta de que son significativos, pero que son importantes para identificar una personalidad peligrosa en particular. Cuando se trata de salvar vidas o mantener a otros seguros, tengo que considerar lo que es útil para los lectores más amplios y también lo que es necesario. Del mismo modo que un piloto experimentado utiliza una larga lista de verificación previa y de aterrizaje para garantizar la máxima seguridad para todos a bordo, también debemos utilizar listas de verificación exhaustivas para ser lo más cuidadosos y precisos posible.

Cuando se trata de personalidades peligrosas, el detalle y la precisión triunfan sobre la brevedad y la ambigüedad.

A medida que lea este libro y use las listas de verificación, notará que, a diferencia de la mayoría de los libros sobre el tema, hay muy pocas estadísticas. Hay, en mi opinión, una razón válida para esto. Cuando decimos que este o aquel tipo de personalidad representa 1 o 6 o 2.8 por ciento de la población, creo que estamos perjudicando a los lectores al invitarlos a centrarse en las probabilidades (estadísticas) en lugar de los comportamientos. Existe el riesgo de que alguien diga: "Bueno, tengo un 96 por ciento de posibilidades de estar seguro, así que no necesito preocuparme por tratar con ese tipo de persona". Muchos fumadores se engañan al enfocarse en las estadísticas relacionadas con aquellos que no tienen cáncer de pulmón en lugar de en los comportamientos y el estilo de vida que conducen al cáncer de pulmón. Esta mentalidad es precisamente lo que queremos evitar. Todo lo que se necesita es un encuentro con una personalidad peligrosa, en la calle, en el trabajo, en su automóvil, en su casa, en su habitación, para arruinar completamente su vida. Por lo tanto, en este libro, nos enfocamos en comportamientos, no en estadísticas o probabilidades.

También sé por la investigación (para obtener más información, consulte la quinta edición del Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, conocido como el DSM-5) que ciertos trastornos se diagnostican con mayor frecuencia o se asocian con un género específico: el trastorno de personalidad antisocial, por ejemplo, se diagnostica con mayor frecuencia en los hombres, mientras que el trastorno límite de la personalidad se diagnostica con mayor frecuencia en las mujeres.[6] Estos dos trastornos tienen muchos de los rasgos de comportamiento del depredador y la personalidad emocionalmente inestable, respectivamente, discutidos en este libro. Por la misma razón por la que no es aconsejable centrarse demasiado en las estadísticas, sería un error asociar un trastorno o tipo de personalidad con un género específico. No queremos cegarnos fijándonos en las estadísticas o un sesgo de género. Lo que queremos hacer es centrarnos en los comportamientos. Los comportamientos abrumadoramente definirán el tipo de personalidad peligrosa.

UNA PRECAUCIÓN IMPORTANTE

Al leer este libro, tenga en cuenta que no soy un profesional de la salud mental, y este no es un libro de diagnóstico. El diagnóstico clínico está reservado para los médicos que han pasado años entrenando en el arte y la ciencia del diagnóstico utilizando criterios específicos establecidos por la Asociación Americana de Psiquiatría. Si bien los profesionales pueden encontrar útil el material de este libro, este no está destinado a ser utilizado con fines de diagnóstico.

Las listas de verificación fueron diseñadas como una herramienta de evaluación para aquellos que desean identificar personalidades peligrosas o comportamientos asociados con personalidades peligrosas. Del mismo modo que evaluamos con prudencia a quién permitir que ingresen a nuestros hogares o a quién emplear, este libro y estas listas de verificación también nos ayudan a ser más exhaustivos en nuestras evaluaciones de los demás. Este es un libro descriptivo sobre cómo identificar personalidades peligrosas a través de sus comportamientos. También es un libro sobre cómo protegerse y

proteger a sus seres queridos.

Hay muchos libros y recursos excelentes sobre enfermedades mentales, psicología anormal y trastornos de la personalidad, así como sus posibles causas. y tratamiento. Este no es uno de ellos, y debe buscar esos recursos si esa es la perspectiva que está buscando. Este libro es estrictamente desde mi perspectiva como un ex agente especial del FBI que tuvo que tratar con este tipo de personas peligrosas con frecuencia, ya sea cara a cara, como objetivo de mis investigaciones o en consultas. Mi enfoque, por lo tanto, no proviene de las artes curativas; lo dejo a los profesionales de la salud mental.

Los Recursos seleccionados y la Bibliografía ofrecen una selección de recursos valiosos que se basan en las artes curativas, los centros de crisis, los criminólogos, las fuerzas del orden y los forenses, así como las ideas de las propias víctimas. Espero que explore estos recursos adicionales y continúe educándose mucho después de haber terminado este libro.

Realmente creo que te sirve mejor cuando consideras lo que muchos autores tienen que decir, en lugar de solo uno.

Muchos otros libros exploran por qué estas personalidades son como son. No encontrará ese enfoque aquí, por esta razón: cuando alguien se complace en humillarlo diariamente, ha limpiado su cuenta bancaria, ha abusado de su hijo o lo está ahogando con un cinturón, ¿realmente importa por qué eso persona es de esta manera? Lo único que importa, porque no eres un clínico o un investigador, es tu seguridad y el bienestar de tus seres queridos.

Durante mis décadas en la aplicación de la ley, cuanto más conocimiento teníamos sobre la personalidad de un sospechoso, mayor era la probabilidad de que atrapáramos a ese individuo o previniéramos más actos criminales. Por ejemplo, en situaciones de rehenes, saber si estábamos tratando con alguien que era principalmente paranoico, un depredador, un narcisista o muy inestable podría marcar una gran diferencia en cómo nos comunicamos con esta persona, con qué frecuencia y por qué medios. También nos ayudó a determinar qué acciones podrían tomarse para rescatar al rehén. Conocer el tipo de personalidad del individuo nos dio una idea del resultado probable de la situación, ya que los rasgos de personalidad a menudo dictan la trayectoria de cómo es probable que alguien se comporte. Cual es por qué decimos en el análisis de comportamiento, "El mejor predictor de comportamiento futuro es el comportamiento pasado". O para citar a un pensador legendario sobre la naturaleza humana:

Somos lo que hacemos repetidamente.

-Aristóteles

Entonces, si busca saber el "por qué" de las personalidades peligrosas, este no es el libro para usted. Pero si desea saber cómo piensan y se comportan, si desea protegerse a sí mismo, a sus seres queridos o su negocio, este es un buen lugar para comenzar.

UN ÚLTIMO PENSAMIENTO ANTES DE COMENZAR

Si bien mi formación y filosofía personal dictan que todos merecen ser tratados con ética y respeto, también creo que nadie tiene la obligación social de ser víctima. Permítanme repetir eso: nadie tiene la obligación social de ser víctima. Por eso estoy escribiendo este libro. Solo me importa una cosa: su seguridad y bienestar. Me preocupo porque usted, sus hijos, sus padres o sus abuelos no se conviertan en víctimas.

Mi objetivo no es asustarte sino potenciarte. Quiero sensibilizarlo sobre estas personalidades para que pueda detectarlas antes de que puedan lastimarlo a usted o a sus seres queridos, y ayudarlo a distanciarse si le están causando daño. Quiero ayudarlo a desarrollar su "radar de seguridad" para detectar comportamientos que indiquen precaución, tenga cuidado con esta persona, disminuya la velocidad, no confíe.

Cuanto más podamos hacer esto como individuos, mejor protegidos estaremos como sociedad. Entonces, tal vez los estragos causados por las personalidades extremadamente peligrosas del mundo puedan ser contenidos mucho antes de que lleguen a los titulares.

Si este libro te ayuda a identificarte y protegerte de alguien que pueda lastimarte física, emocional, psicológica o económicamente, entonces he logrado mi objetivo.

CAPÍTULO 1
"TODO ES ACERCA DE MI"
LA PERSONALIDAD NARCICISTA.

DE TODAS LAS ETIQUETAS POR LAS QUE se descuida descuidadamente, el narcisista es probablemente uno de los más utilizados y menos entendidos. Es un término popular con orígenes antiguos (el mito griego de Narciso, que se enamoró de su reflejo), pero lo que realmente significa puede ser desconcertante.

Muchas personas piensan en un narcisista como alguien que quizás nombra a los hoteles después de sí mismo o siempre quiere estar en el centro de atención, tal vez un personaje en un reality show. Ciertamente, mucha gente ama el centro de atención. Pero el tipo de narcisista del que estamos hablando va mucho más allá de la autopromoción al actuar de formas tóxicas y peligrosas. De ahora en adelante, utilizaré los términos narcisista y personalidad narcisista indistintamente.

Las personalidades narcisistas se preocupan solo por sí mismas, sus necesidades y sus prioridades. Si bien usted y yo apreciamos la atención, el narcisista lo anhela y manipula a las personas y las situaciones para obtenerlo. Mientras usted y yo trabajamos duro para tener éxito, la personalidad narcisista conspira para tener éxito y puede engañar, mentir, embellecer la verdad o el esquema para salir adelante, sin importarle cómo se ven afectados los demás.

Estas personalidades se pueden encontrar en todos los niveles de nuestra sociedad, hasta la cima, donde el registro sombrío de la historia muestra que han comenzado guerras y exterminaron poblaciones. Pero también se encuentran en el cubículo o en el taburete junto a ti, en casa, en el equipo, en el aula e incluso en tu comunidad espiritual.

"Cenicienta", el clásico cuento de la cruel madrastra y hermanastras obsesionadas consigo mismas, personifica la naturaleza explotadora del narcisismo. Estas son personas que viven egoístamente a expensas de los demás. La versión más famosa de Cenicienta es la de Disney, pero históricamente hay más de 300 variantes de este cuento.[1] Aparentemente, muchas culturas han considerado conveniente advertirnos sobre esta personalidad, y con razón.

Al igual que la madrastra y hermanastras de Cenicienta, estas personalidades ven pocas fallas en sí mismas y ven a cualquiera que no las valora tanto como a ellos mismos como a nadie para ser denigrados o atormentados. Y aunque la Cenicienta de Disney disfruta de un final mágico y feliz, en la vida real no hay ninguna hada madrina o príncipe que nos salve de estos matones. Cuando tratamos con la personalidad narcisista, nuestra protección depende de nosotros.

EL CAMINO DE LA PERSONALIDAD NARCISISTA

Narcisismo no es lo mismo que confianza. La verdadera confianza refleja una admirable fuerza de carácter. La confianza del narcisista es realmente arrogancia, un defecto de carácter que conduce a ideas grandiosas y la búsqueda incesante de los deseos del narcisista, a menudo a expensas de los demás.

Algunas ideas grandiosas pueden ser buenas para la sociedad. Mire los avances que surgieron de la visión de Edison de un mundo alimentado por electricidad y la misión de Kennedy de aterrizar en la luna, por nombrar solo dos. Walt Disney también tuvo una idea grandiosa: un lugar "mágico" para que los niños y los adultos se diviertan, que se convertiría en Disneyland, Disney World y Epcot.

La grandiosidad del narcisista es completamente diferente. Considere a Jim Jones, cuya visión de Jonestown en Guyana era crear un lugar donde la gente le rindiera homenaje como individuo supremo. ¿El precio de la entrada? Sus ahorros de toda la vida y su libre albedrío. También tenía que estar dispuesto a matar a sus propios hijos ya usted mismo bebiendo Kool-

Aid con cianuro junto con más de 900 seguidores.[2]

En primera instancia, una idea grandiosa conduce a un lugar donde podemos cumplir nuestros sueños. En el otro, nuestros peores sueños se cumplen. La diferencia no es una de ideas, sino de tipo de personalidad y defectos de carácter. Uno busca la felicidad para todos. El otro busca adoración y felicidad solo para sí mismo. Es por eso que quiero advertirte sobre los rasgos definitorios de esta personalidad peligrosa.

Egocéntrico

De niños, todos pasamos por una fase en la que sentimos que somos el centro del mundo, con un alto sentido de derecho. Las personalidades narcisistas esencialmente nunca superan esta fase. Su necesidad infantil de ser constantemente atendido los lleva a hacer de todo, desde lo ridículo hasta lo impensable, para ser el centro de atención o salirse con la suya.[3]

Llegarán tarde a las reuniones, fiestas y eventos familiares, retrasarán las actividades, harán que otros esperen e incluso harán sacrificios en su nombre. Pueden asaltar o hacer entradas dramáticas solo para llamar la atención de todos. No dudan en hacerle saber que son la persona más inteligente de la sala. Algunos son desvergonzados, que mencionan habitualmente a quién conocen, con quién almorzaron, y así sucesivamente, asegurándose de que sepan que se asocian con personas importantes.

Verse bien en todos los sentidos es vital para los narcisistas. Puede verlos acicalándose en los espejos. Son muy conscientes de su apariencia física (lo que puede conducir a la aptitud física o al fanatismo de la cirugía estética) y usan su presencia para tener un impacto en los demás, ya sea asegurándose de que todas las cabezas se vuelvan en una fiesta o asegurándose de que todos vean que tienen lo mejor, lo más grande o lo más caro.

Algunas personalidades narcisistas se presentan como muy logradas, pero en realidad han logrado poco, lo que no les impide actuar de manera superior y verse a sí mismas como un gran inventor, artista, músico, pensador, líder o cantante. Cuando las cosas no salen bien, culpan a todos menos a ellos mismos. Tal vez estos individuos cometieron errores, son incompetentes o simplemente no son bien apreciados, pero nunca escucharán eso de ellos. No, el sistema, la sociedad, el jefe, el profesor, el electorado, el mundo está en contra de ellos. Simplemente no vemos cuán geniales son.

Cuando otros no tratan a los narcisistas como la persona especial que consideran ser, su reacción es una rabia infantil que va desde enfurruñarse hasta lloriquear y, a veces, hasta violencia. Pueden reprender y culpar con impunidad, guardar rencor y ser vengativos, esa es su naturaleza.

Overvalues Self, Devalues Others

Como se ven a sí mismos como especiales y únicos, las personalidades narcisistas tienden a ver a todos los demás como marginales o inferiores. Se convierten en maestros en despreciar a los demás para elevarse, son los

matones del mundo. Así es como la empresaria y hotelera Leona Helmsley consiguió el apodo de "la Reina del Mal".[4] Pero ella no solo era mala. Era, según todos los informes, un acosador hacia cualquiera que considerara inferior a ella, no era diferente del tipo de acoso que vemos hoy en las escuelas.

Si el bullying parece estar en aumento y las consecuencias del bullying (absentismo, depresión, ansiedad, suicidio) son cada vez más dramáticas y extremas, no es casualidad. Muchos médicos opinan que a medida que el narcisismo ha aumentado en la población general, también lo ha hecho el acoso escolar, que es una característica común de la personalidad narcisista.[5] Parece La intimidación persistente y el narcisismo van de la mano.

En estos días, la personalidad narcisista ni siquiera tiene que estar contigo para derribarte. El 9 de septiembre de 2013, Rebecca Sedwick, de 12 años, saltó a su muerte desde una planta de cemento abandonada en el condado de Polk, Florida, supuestamente como resultado de ser atormentada en línea (intimidada).[6] Esto es lo que puede suceder cuando las personas se sobrevaloran y devalúan a los demás, un rasgo narcisista común.

Las personalidades narcisistas tienen una extraña habilidad para identificar debilidad o inseguridad en los demás y usarla para humillar a los demás o verse mejor. Puede ser algo tan sutil como darse cuenta de su nuevo reloj y luego llamar la atención sobre su reloj mucho más caro. En una comida al aire libre, dirán cosas como “Sin filetes; ¿solo hamburguesas? lo suficientemente fuerte como para que todos sus invitados escuchen. No les importa cómo te sientes; prosperan menospreciando a los demás.

Son del tipo de personas que, al sentir el nerviosismo de alguien antes de pronunciar un discurso, dirían: "Debe ser difícil seguir a un gran orador, no quisiera estar en tu lugar". Lo sé, porque esto me sucedió justo antes de hablar con un grupo en Nueva Orleans.

A veces, estas personalidades traicionan su verdadera naturaleza al reprender a sus cónyuges o hijos en público, en ocasiones sociales o en eventos deportivos infantiles. Si esto es lo que hacen en público, imagine lo que hacen en casa cuando los forasteros no están mirando.

O harán comentarios despectivos con cáustica indiferencia sobre cuán estúpido o incompetente es alguien. Ladrarán órdenes a un camarero que pasa por el servicio y luego se volverán hacia ti con una sonrisa como si nada hubiera pasado. En un evento al que asistí hace años en Las Vegas, un orador gritó al personal del hotel frente a unos 150 asistentes: "No vine hasta aquí para parecer un tonto, ¡arréglenlo!" cuando el micrófono dejó de funcionar. La boca de todos cayó. Tales comportamientos deben servir como pistas reveladoras para todos los que ven o reciben tal tratamiento que están en presencia de una personalidad narcisista.

En lugar de empatía, encontrarás arrogancia y derecho

Una persona que se siente superior a los demás tendrá una capacidad limitada para empatizar. Si bien la mayoría de nosotros aprendemos de niños cómo entender los sentimientos de los demás y cómo nuestras acciones afectan a los demás, con estas personalidades, la simpatía o comprensión de su situación y sentimientos es limitada o inexistente. Podría estar en crisis y de alguna manera no será el centro de atención, porque nada debe restar valor a las necesidades, deseos y deseos de los narcisistas. Es posible que tenga un hijo enfermo al que deba atender, pero aun así quieren que lo lleve de compras al centro comercial. De hecho, las personalidades narcisistas ven las revelaciones sobre necesidades, enfermedades o errores como debilidades en otros que confirman su superioridad y justifican sus comportamientos devaluadores.

Algunos narcisistas telegrafían su arrogancia y arrogancia; es palpable en cómo hablan, reaccionan e incluso se portan. Otros reconocen la necesidad de al menos parecer empáticos. Sin embargo, su empatía tiene una agenda, como cuando un jefe te llama a casa cuando estás enfermo para preguntarte cómo te sientes, pero solo le preocupa cuando vuelves al trabajo. Puede parecer que les importa, hasta que descubra cuán

superficial e infrecuente es realmente su interés en su vida y bienestar, excepto cuando los afecta.

Aún otros traicionan su hipervaloración de sí mismos solo cuando hay una crisis. Entonces su perspectiva egocéntrica del mundo se filtra a la superficie.

El 20 de abril de 2010, la plataforma petrolera Deepwater Horizon de BP explotó en el Golfo de México, matando a 11 trabajadores de la plataforma y causando el mayor derrame accidental de petróleo marino en la historia de la industria petrolera (o el mundo, para el caso). Sobre el desastre y sus efectos en otros, Anthony "Tony" Hayward, CEO de BP, comentó a un reportero el 30 de mayo: "Lamentamos la interrupción masiva que ha causado en sus vidas. No hay nadie que quiera esto más que yo. Me gustaría recuperar mi vida ".[7] El término asombroso sería aplicar aquí. Estamos hablando de un desastre ambiental de proporciones históricas, junto con la muerte de 11 humanos, y él quiere recuperar su "vida". A veces, se necesita una crisis para revelar esos rasgos narcisistas que dicen: "Nada es más importante para mí que yo".

Cuanto más hables con personalidades narcisistas, más tendrás la sensación de que no se preocupan por ti. No son muy curiosos sobre ti. Lo que realmente quieren es que les prestes atención a ellos y a sus necesidades y deseos, o que hagas lo que te pidan. Pero debido a que son hiperactivos de cómo se ven a los demás, pueden, en muchos casos, modular y moderar su comportamiento para controlar cómo se perciben. Pueden hacer esto por un tiempo, pero al final, sus verdaderos sentimientos saldrán a la luz.

Los narcisistas actúan de manera agradable para salirse con la suya, no para expresar un verdadero interés En la película Goodfellas, el mafioso en ascenso Henry Hill (interpretado por Ray Liotta) usa la atención para cortejar a Karen, su futura esposa, invitándola a grandes restaurantes, asientos de primera fila, la mejor comida, el mejor vino, sin esperas en la cola. Ella es el foco de su atención total. Una vez que se casen, boom, se acabó. El narcisista trabajó y consiguió lo que quería, entonces, ¿cuál es el problema cuando llega a casa borracho, oliendo a otras mujeres? Lo que su

esposa quiere no importa; lo único que importa es a lo que siente que tiene derecho. Ha utilizado la atención para atrapar, pero realmente no le importa.

En la vida real, el financiero Bernard Madoff usó conexiones y amistades para atrapar a las personas que confiaban en su esquema Ponzi. La diferencia aplastante entre lo que esperaban y lo que obtuvieron es la terrible verdad de las relaciones con una personalidad narcisista. Esperas ser tratado como un igual, como un amigo, pero un narcisista no tiene igual. Para la personalidad narcisista, los amigos son funcionales. Cumplen un propósito: proporcionar al narcisista algo que se quiere o se necesita.

Los narcisistas más peligrosos son aquellos cuya absoluta falta de empatía y altos niveles de grandiosidad rayan en la psicopatía: la capacidad de hacer daño sin remordimiento. No tienen conciencia y explotarán a los demás. Emocionalmente, financieramente y algunas veces físicamente. Si les agrada, es conveniente; si los desagrada, es más que un inconveniente: es algo que deben degradar o quizás destruir. Cuando leemos acerca de un padre que encarcela, abandona o asesina a su propio bebé para que el padre pueda pasar un buen rato y fiesta, lo que estamos tratando, en primer lugar, es una personalidad narcisista: alguien que se sobrevalora a sí mismo o ella misma y devalúa a otros con indiferencia reptiliana.

Esa indiferencia reptiliana es lo que vemos en las principales ciudades y en otras partes del fenómeno conocido como ataques de nocaut, en el que los incautos (incluidas las mujeres mayores) son blanco de un golpe cegadoramente rápido sin provocación, solo para ver si la persona puede ser noqueada (generalmente causando una conmoción cerebral) con un solo golpe. Para comportarse con tanta insensibilidad, uno debe ser capaz de devaluar a los demás, un rasgo que la personalidad narcisista tiene en abundancia.

Toma atajos, dobla las reglas, viola los límites

Debido a que se sienten con derecho, las personalidades narcisistas pueden sentir que no tienen que trabajar tan duro como los demás, que pueden tomar atajos para obtener lo que quieren o que las reglas no se

aplican a ellos. Así es como terminas con políticos que tienen asuntos, padres e intentan negar su paternidad (el ex senador estadounidense John Edwards); convertir los fondos públicos en su propia alcancía privada (ex representante de los EE. UU. Jesse Jackson Jr.); o están dispuestos a vender favores políticos por un precio (ex gobernador de Illinois, Rod Blagojevich).

Un ejecutivo me contó sobre la contratación de un gerente que tuvo bastante éxito, pero que de repente comenzó a coquetear con sus compañeras de trabajo. Era como si simplemente no pudiera evitar las oberturas sexuales. Todos los empleados sabían que tal comportamiento no se toleraba, pero cuando se lo confrontaba, se enfurecía, manteniendo que nada en su comportamiento violaba los términos de su conducta/contrato y que solo estaba siendo amigable. Recuerde, los narcisistas no ven que están haciendo algo mal; se sienten con derecho. Simplemente se enojan porque alguien señala su comportamiento inapropiado.

Algunos crean ficciones sobre sí mismos para alimentar su necesidad de reconocimiento. Por ejemplo, dirán que son un SEAL de la Armada decorado, pero nunca han servido en las fuerzas armadas, y, por supuesto, nunca hay pruebas convincentes porque su trabajo es "secreto". Ya es bastante malo cuando alguien finge ser un héroe militar, una afrenta a todos los que sirvieron, pero cuando alguien finge ser médico, piloto u otro profesional, y las personas confían en esa persona con su salud, vida o ahorros, eso es tal vez la traición definitiva de la confianza y la ética. Tales violaciones socavan la sociedad y, en mi experiencia, con mayor frecuencia son cometidas por la personalidad narcisista.

La personalidad narcisista es muy talentosa para engañar y engañar a los demás. Esto es exactamente lo que hizo Christian Karl Gerhartsreiter, un inmigrante alemán, haciéndose pasar por "Clark Rockefeller", un miembro de la icónica familia Rockefeller. Terminó casándose con Sandra Boss, una respetada empresaria, y teniendo un bebé con ella.[8] Cuando ella descubrió todas sus mentiras y buscó el divorcio, él secuestró a su hijo. ¿Quién podría hacer tal cosa? Una personalidad narcisista no realizada que busca ser reconocida, eso es quién.

Recuerdo cuando una mujer llamada Sara, una viuda, vino al FBI buscando nuestra ayuda. Me asignaron entrevistarla, ya que podría haber posibles problemas interestatales relacionados con fraude, que es un delito federal. Sara acababa de pagar a su tercer y último hijo para que terminara la universidad. Con más tiempo libre, dirigió su atención a un predicador carismático que se había establecido recientemente en la ciudad. Ella estaba cautivada por su devoción, su "conocimiento de tantas cosas" y lo fácil que era hacer amigos. Sus atenciones la llevaron a ayudar a sus "labores espirituales" para construir su iglesia, comprometiendo casi $ 30, 000 que ella había ahorrado. Pero después de que ella entregó el dinero, el predicador desapareció.

Hablé con Sara 3 años después de que esto sucediera, y ella todavía estaba picando por esta calamidad financiera. Había perdido la mayor parte de sus ahorros, y sus hijos estaban molestos porque se había enamorado de esta estafadora, como habían hecho otras mujeres mayores. Pero igualmente desgarradora fue su revelación para mí de que había perdido su

"espiritualidad" y "confianza en los demás".

Con su ilimitado sentido de importancia personal, las personalidades narcisistas carecen de límites claros. Empujan el sobre con personas, leyes, normas y normas sociales. Como titiriteros sociales, ven a los demás como extensiones de sí mismos, al mando, dirección, manipulación y uso de personas para satisfacer sus deseos. Por ejemplo, en una cita, el coqueteo, las burlas, los besos y las caricias son estímulos para el sexo del narcisista. Una mujer puede querer detenerse en algún momento y no ir más allá, pero la personalidad narcisista se siente con derecho a hacer lo que le plazca, así que para él las palabras no y stop no tienen sentido. Esas palabras son golpes de velocidad, no señales de alto. Esto es lo que queremos decir cuando decimos que el narcisista no tiene límites.

Cada vez que escuchas de otro CEO que miente sobre el valor financiero de la empresa y pone en riesgo a sus empleados financieramente, eres testigo de una personalidad narcisista en acción. Jeffrey Keith "Jeff" Skilling y Kenneth Lay fueron los responsables del colapso de Enron en 2001, en

ese momento la bancarrota corporativa más grande en la historia de los Estados Unidos. Ambos fueron condenados por conspiración y fraude, pero eso fue un pequeño consuelo para los accionistas a quienes les habían mentido y para los más de 20, 000 empleados de Enron que fueron alentados a invertir en una compañía cerca del colapso. Perdieron sus trabajos y sus ahorros de toda la vida. Para permitir que suceda algo como esto se requiere un grado sorprendente de auto-derecho y grandiosidad y una gran falta de empatía, cualidades que la personalidad narcisista tiene en abundancia.[9-9]

Cuando leemos o escuchamos acerca de un sacerdote, consejero de campamento o entrenador que viola sexualmente a un niño, estamos hablando de una personalidad narcisista que no respeta los derechos humanos. ¿Alguna vez notó que cuando estas personas obtienen atrapado, no se disculpan? No lo hacen porque se sintieron con derecho a violar a los niños en primer lugar. Cuando miro a Jerry Sandusky, entrenador retirado de Penn State y abusador de menores en serie condenado, veo una personalidad narcisista y un ser humano deplorable que usaba a los niños como un parque temático. Ninguna disculpa salió de su boca. Se merece desprecio y toda una vida en prisión. Puede haber sido un entrenador venerado que hizo cosas buenas, pero no era una buena persona, eso es parte de la patología narcisista. Necesita controlar

La gente a veces bromea diciendo que son "fanáticos del control", pero si alguna vez has tenido un jefe o compañero controlador, sabes que no es broma. Una mujer llamada Matilda se enamoró de un hombre guapo que, como ella, era de América Latina. Ella permaneció en casa mientras él trabajaba, y él siempre estaba al tanto de las finanzas familiares. Al principio funcionó bien, pero después de un tiempo, su control se volvió sofocante. Se cansó de tener que pedirle dinero para comprar víveres, ropa nueva y regalos de Navidad. Cuando ella mencionaba esto, él decía: “¿No te cuido? ¿No te he dado todo? No deberías preocuparte por esas cosas.

La dejó hace poco por otra mujer. Este hombre que al principio parecía tan generoso mantuvo a Matilda tanto bajo su control que no tenía idea de cuánto dinero había en el banco o incluso dónde estaba el dinero. Ahora

en sus cincuenta años, está trabajando en varios trabajos. Ella no tiene dinero en el banco, ni crédito, ni ahorros para la jubilación, y él no responde a sus súplicas. Su autoestima es tan baja como su valor financiero. Ella me dice entre lágrimas: "No tengo nada y le di todo". Aquí hay una mujer que confió en alguien que le robó su libertad y dignidad. ¿Cómo llegó de esta manera? Como hacen la mayoría de las cosas como esta: un paso a la vez en el abismo de la vida con un narcisista.

Los narcisistas a menudo buscan posiciones donde puedan controlar a los demás. Eso es por qué tiendes a ver más de ellos en trabajos como derecho, medicina y política o en puestos ejecutivos de alto nivel, donde pueden usar su rango o estatus para cuidarse a sí mismos. Recuerdo que un entrevistado para un puesto del FBI me dijo: "Una vez que obtenga esa insignia, ya nadie me molestará". No hace falta decir que su solicitud fue rechazada tan pronto como salió de la habitación. No es inusual que las personas narcisistas busquen trabajos donde puedan ejercer poder y autoridad para controlar a otros en lugar de ayudar a otros.

Al final, no importa cuán alto o bajo sea la posición o el título; se utilizará para el beneficio propio de la personalidad narcisista. Cuando lees que un miembro de un club, organización o asociación es un tirano egocéntrico o alguien que ha malversado dinero durante años, piensa primero en un narcisista, eso es lo que hacen.

PALABRAS QUE DESCRIBEN EL NARCISISTA

Con los años, he recogido las palabras de aquellos que han vivido, trabajado o han sido víctimas de personalidades peligrosas. Estas son las palabras de aquellos a quienes entrevisté o que llamaron personalmente al FBI o a mí, solicitando asistencia. Cuando se les pide que describan a estas personas peligrosas, la mayoría de las personas no son políticamente correctas y pueden no conocer los términos clínicos o médicos, pero hablan desde el corazón debido a su trauma, dolor o miedo. Estas son sus palabras sin censura, no las mías. Tal vez algunos te suenen familiares al describir a alguien que conoces. Estas palabras por sí solas son instructivas y suenan una advertencia que vale la pena señalar sobre estas personas:

Abusivo, actuante, actor, agresivo, amoral, arrogante, articulado, seductor, mentiroso, acosador, calculador, insensible, camaleón, carismático, encantador, tramposo, inteligente, frío, estafador, intrigante, despectivo, controlador, criminal, cruel, astuto, peligroso, engañoso, engañoso, deshumanizante, deplorable, deshonesto, falso, disruptivo, distraído, dominante, egocéntrico, malvado, explotador, intrépido, falsificador, fracasado, grandioso, grandioso, inocente, hostil, impostor, desconsiderado, indiferente, infidelidad, insensible, falta de sinceridad, intenso, interesante, intimidante, irritante, irresponsable, irritable, irritante, rey, infractor de la ley, mentiroso, señor, sin amor, maquiavélico, manipulador, malo, hipnótico, narcisista, nazi, nocivo, molesto, parásito, pavo real, pedófilo jugador, depredador, depredador, preocupado, pretendiente, promiscuo, radiante, serpiente de cascabel, arriesgado, gobernante, sarcástico, seductor, egocéntrico, superficial, showman, viscosa, lisa, serpiente, astuto, superficial, estafador, sin tacto, temperamental, tóxico, de dos caras, tirano, sin complejos, indiferente, sin interés, poco confiable, sin escrúpulos, sin simpatía, vil, vengativo, ingenioso.

SU EFECTO EN TI

Los narcisistas pueden ser difíciles de detectar al principio porque pueden ser inteligentes, atractivos e interesantes, incluso exudando un aura de omnipotencia. Pueden ser encantadores para aquellos que pueden ayudarlos, pero finalmente muestran sus verdaderos colores.

A veces, verás manifestaciones abiertas de arrogancia, arrogancia o grandiosidad que te darán una idea y también pueden hacerte sentir que algo no está bien. En otras ocasiones, pueden ser distantes, condescendientes y distantes, lo que te deja con un sentimiento desagradable. A veces, retienen su afecto, o se niegan a ayudar u honrar sus compromisos. Independientemente de lo que hagan, el efecto es siempre el mismo: te hacen sentir preocupado, insatisfecho o atormentado.

Los narcisistas también pueden ser sutilmente crueles. Fallarán intencionalmente en validar algo importante que haya logrado o cualquier

dolor o sufrimiento que puedas estar sintiendo. Por su deliberada indiferencia, te dejan marchitarte en triunfo o sufrimiento solitario; simplemente no están dispuestos a tomar el más mínimo interés. Hacerlo sería hacerte sentir bien, y eso no es lo que la personalidad narcisista quiere.

Debido a que están tan limitados en la empatía, son como "medias personas" que buscan a alguien para completarlos. Sin embargo, cuando encuentran a alguien, las cosas van cuesta abajo porque nadie puede realmente cumplir con un narcisista. Y realmente no son capaces de satisfacer a alguien más. Pensar que puedes hacer que las cosas funcionen con un narcisista te afectará emocionalmente, psicológicamente, incluso físicamente.

Y ese es su principal efecto: se desgastan contigo. Las personalidades narcisistas ven sus necesidades, deseos o deseos solo como distracciones o como obstáculos para los suyos. Si se siente incómodo, infeliz, frustrado o estresado, no les preocupa. Pero si no se salen con la suya, entonces verá su reacción: ojos en blanco, exhibiciones despectivas, pucheros, impaciencia, petulancia, mal humor, despotricar, o simplemente se irán. Son como niños en cuerpos adultos.

A veces, sentimos el dolor de estar con un narcisista al instante; otras veces, se registra como una puñalada de puñal unos segundos después ("¿Acabo de ver / escuchar eso?"). Podemos despertarnos a las 2:00 de la mañana cuando nuestro subconsciente se activa y nos alerta de algo hiriente que han hecho o mentido. O su comportamiento desencadena la sensación de que algo no está del todo bien. Algunas personas se sienten confundidas o físicamente mareadas en estos momentos. Algunos se enferman o estresan. La gente me ha dicho: "Cuando tengo que tratar con esta persona, no desayuno porque siento que voy a vomitar".

Si tienes estas sensaciones negativas, presta atención. A muchos de nosotros se nos ha enseñado a "perdonar y olvidar", especialmente con familiares y amigos. La personalidad narcisista cuenta con que hagas eso. Porque cuando esta persona te lastima de nuevo y estás sentado allí sintiéndote sorprendido, sin palabras o derrotado, el narcisista se siente

elevado, superior y satisfecho. Estas los asaltos emocionales lo agotarán hasta que se convierta en masilla en las manos del narcisista, o tenga que tomar una licencia por enfermedad, como muchos lo hacen, solo para hacer frente.

El narcisismo patológico puede llegar a extremos donde las leyes a menudo nos fallan. Una mujer vino al FBI para buscar nuestra ayuda en un asunto doméstico. Desafortunadamente, había poco que pudiéramos hacer además de derivarla a los servicios sociales. Informó que, durante años, su esposo hizo que ella y sus hijos se sentaran en el suelo cada vez que convocaba reuniones familiares para castigar a la familia sobre esto o aquello. Sí, él se sentó en una silla como si estuviera en un trono, y ella y los niños tuvieron que sentarse en el suelo mientras los reprendían o los obligaban a revelar sus fallas.

Eventualmente, ella pudo liberarse a sí misma y a sus hijos, pero a un gran costo financiero y no antes de que ella y sus hijos hubieran sufrido un daño psicológico significativo. Aquí había un caso de una personalidad narcisista que quería degradar a su familia para sentirse superior. Los departamentos de policía de todo el país y del mundo ven esto todos los días: los detalles son diferentes, pero la intención es la misma: la glorificación de uno a expensas de los demás.

Cuando no te desaniman, los narcisistas solo están siendo desagradables. Como Claire me informó sobre su gerente, “Pasó mi escritorio y literalmente volcó el trabajo con el ceño fruncido. Los archivos se dispersarían; el café se derramaría. No le importaba lo que estaba haciendo o que mi escritorio no fuera su vertedero. No puedo decirte cuántas personas hizo llorar. Llorar. ¿Quién hace ese tipo de cosas?

Cada vez que escucho de una mujer o un niño que es reprendido repetidamente en público, golpeado o sometido a algún tipo de abuso doméstico, lo primero que se me ocurre es que hay un narcisista en esa casa que devalúa a su pareja o hijos y sobrevalora a sí mismo tanto que puede abofetear, golpear o golpear a un miembro de la familia.

El caso de Hedda Nussbaum y Elizabeth "Lisa" Steinberg, de 6 años, que vivía con los Nussbaum, es un recordatorio de lo que es ser vive con un narcisista que se escapa con el abuso a puerta cerrada.[10] Nussbaum, una editora de libros en el momento en que conoció al abogado Joel Steinberg en 1975, fue citada por haber visto inicialmente a Steinberg como "divina", y se sometió a su dirección sobre cómo salir adelante en los negocios, pero su vida con Steinberg fue todo menos celestial. Él habitualmente la criticaba y la denigraba hasta el punto de hacerla gatear en el piso como un animal. La golpeaba casi a diario, tanto que desfiguraba su rostro. En 1987, en un ataque de ira, se desquitó con Lisa y la mató. Es un ejemplo trágico de cómo las personas involucradas con estas personalidades narcisistas con el tiempo se vuelven flexibles o inertes. Era evidente para los fiscales que Hedda había sido tan brutalizada por Steinberg que no podía levantarse para defender a un niño inocente ni buscar ayuda médica para Lisa. Ella personificó lo que llegó a llamarse síndrome de esposa maltratada.

No todos los que se asocian con una personalidad narcisista sufrirán como Hedda y Lisa. Pero sé esto. Todas las personas con las que he hablado que se han asociado con una personalidad narcisista han dicho lo mismo: de una forma u otra, en un grado u otro, se les prohibió florecer. ¿Como se sintieron? En sus propias palabras: "pequeño", "insignificante",

"inferior". Basta de charla.

LA PERSONALIDAD NARCISISTA EN LAS RELACIONES

Los narcisistas no pueden expresar el amor tal como lo entendemos. Para ellos, es condicional o viene con condiciones; en otras palabras, "Haré esto por ti, pero espero ciertas cosas de ti a cambio". Para el narcisista, el amor se trata de quid pro quo: algo por algo. No es altruista.

Las personas que han tenido una relación sentimental con un narcisista a menudo me dicen que al principio quedaron hipnotizados por el encanto de la persona, inteligencia, atención y grandes gestos, tal como describí el primer noviazgo de Henry Hill con Karen en la película Goodfellas. Todos somos vulnerables al carisma y encanto del narcisista. Pero una vez que un individuo se compromete con la personalidad narcisista, el encanto se

desvanece rápidamente, dejándonos con la pérdida de reconciliar a la persona atractiva que conocíamos con la pareja indiferente y manipuladora que ahora enfrentamos.

En casa, estas personas pueden exigir que todo se detenga cuando cruzan la puerta. Si son un cónyuge que se queda en casa, entonces toda su existencia se trata de satisfacer sus necesidades. Y hagas lo que hagas, nunca es suficiente.

El compañero narcisista nunca está satisfecho con su apariencia, hábitos, gustos, actividades y habilidades. Las críticas pueden variar desde "esa mirada" de desaprobación hasta regaños e insultos en privado o en público. Le pregunté a una mujer con qué frecuencia la criticaba su cónyuge. Su respuesta fue aleccionadora: “Todos los días. Todos los días de mi vida con él. Nunca hice nada bien en sus ojos, y él les enseñó a los niños a criticarme y reírse de mí también ".

Un amigo mío (ahora divorciado) cuenta que pasó horas buscando el regalo adecuado para su ex esposa. Cuando finalmente se lo presentó, ella lo arrojó sobre el mostrador y dijo: "Gracias", como si le entregaran un vaso de agua. Ella ni siquiera lo sacó de la caja, dijo. Esto parece algo pequeño, pero ella le había hecho esto tantas veces a lo largo de los años que dio testimonio del hecho de que no le importaba él, sino que, como descubrió de otras maneras, solo se preocupaba por salir adelante (Ella lo estaba usando para avanzar en su carrera). Este tipo de invalidación es consistente con la personalidad narcisista. ¿Quieres hacer que las personas se sientan sin valor? Reducir sus esfuerzos; no reconozcas su buena voluntad; no te preocupes Así es como lo hace la personalidad narcisista, y duele.

El anhelo de la personalidad narcisista de verse bien a toda costa puede tener consecuencias devastadoras para el resto de nosotros. Eso fue lo que le pasó a Miriam, quien buscó la ayuda del FBI porque su esposo se había mudado. En el extranjero y la dejó sin dinero. Ella quería que el FBI lo rastreara para reclamar el dinero que tomó de su cuenta bancaria conjunta. Según Miriam, su esposo estaba obsesionado con comprar casas cada vez más caras en mejores vecindarios, autos más bonitos y joyas más

caras, mientras insistía en ser miembro de dos clubes de campo. Ella comenzó a sentir que algo andaba mal, afirmó, cuando él comenzó a decirle que redujera sus salidas, vacaciones de verano, ropa para los niños y gastos de comida. Este último fue el colmo. Todavía estaba gastando casi $ 3, 000 al mes en tarifas del club mientras le pedía que redujera. Finalmente lo enfrentó, ya que no trabajaba y quería saber qué estaba pasando. Se volvió hacia ella y le dijo casi casualmente: "Estamos en bancarrota". No quedaba dinero en el banco.

A pesar de que le debía millones, su necesidad narcisista de mantener su imagen pública significaba que todavía tenía el pelo y las uñas arreglados cada semana y mantenía su membresía en dos clubes mientras que Miriam estaba reduciendo los gastos de comida y sufriendo "ataques de ansiedad y pánico". Eventualmente, él simplemente se alejó, huyó del país y la dejó desorientada, sin dinero y sosteniendo la bolsa, ya que ella había firmado algunos préstamos. La profundidad de su insensibilidad era impresionante, como descubrió con cada nueva llamada telefónica de un cobrador de deudas o un abogado. Cuando finalmente lo rastreó en el extranjero, su respuesta fue: “No te debo nada. Lo pasaste muy bien, gracias a mí, durante muchos años. Viviste en una comunidad cerrada. Deberías estar agradeciéndome.

La historia de Kim es igualmente triste de una manera diferente. Ella se acercó a mí en un evento donde hablé y me preguntó si podía hablarme sobre algo personal. Se había casado con un hombre mayor por 9 años: un hombre con grandes planes que la había perseguido con tal vigor que eventualmente ella y sus padres cedieron, encantados por su "entusiasmo" y "persistencia" y su gran visión de su vida juntos.

Pero una vez casada, me dijo, nada de lo que ella hizo lo satisfizo. Primero, la insultó en privado, llamándola "ignorante, tonta, tonta", pero en breve tiempo, lo hizo públicamente, para su vergüenza. Él la culpó por sus fracasos en la política, sin darse cuenta, como lo hicieron ella y sus padres más tarde, de que era solo un montón de aire caliente, incapaz y poco dispuesto a lograr cualquier cosa que se propusiera hacer.

Sus amigos desaparecieron, ya que él desaprobaba a las personas que no estaban "a la altura" e hicieron sus visitas desagradables. Ella me dijo que no había sido visitada por un amigo en más de 10 años y rara vez salía para no exponer a otros a él o su relación problemática.

Cuando sus hijos crecían, él los castigaba para siempre, y ella era reacia a intervenir, excepto cuando "los azotaba mucho". La mayoría de las veces, ella hizo la vista gorda ante su "arrojo de palabras" porque, como dijo, el dolor de tratar con él no "valió la pena". Ella tenía, como lo expresó, "nada más con lo que luchar, nada más que defender".

Kim había sido maltratada no con puños o con un palo, sino con constante vitriolo y humillación. Las fotos de ella de 2 décadas antes la muestran vibrante, hermosa, feliz y radiante. Pero cuando la conocí, tenía casi cuarenta años y se había marchitado emocional y físicamente, su rostro reflejaba la vida que había vivido desde que cumplió 22 años. Parecía derrotada. Tanto Kim como Miriam, a su manera, me dijeron lo mismo: "Si hubiera sabido qué buscar".

Como padre, la personalidad narcisista no tiene el ancho de banda emocional para realmente dar a los niños. Así como los narcisistas se idealizan a sí mismos, también pueden esperar la perfección de sus hijos, empujando a los niños a ser los mejores, incluso en las cosas que a los niños no les gustan o en las que no son buenos (pero pueden esforzarse, tratando de ganar la aprobación de los padres), y constantemente elevando el listón ("¿Por qué no obtuviste una A?" "Lástima que no hayas hecho equipo universitario". "Sé que puedes hacerlo mejor que eso"). Imagínese a la madre del escenario, el padre furioso en el partido de fútbol de los niños, el padre que ve el fracaso del niño en ingresar a su alma mater o unirse a su hermandad como un reflejo sobre él o ella.

O estos padres pueden usar a los niños como peones para traerse fama o fortuna; por ejemplo, empujando a sus hijos a ganar concursos de belleza o torneos deportivos, hacer apariciones en televisión o realizar algún otro esfuerzo público o rentable. Jurarán que lo están haciendo para el beneficio del niño, nunca podrán admitir su deleite narcisista en la fama por poder. Para las personalidades narcisistas, la luz finalmente debe brillar

sobre ellos, incluso si tiene que atravesar a sus hijos, pero nunca debe desvanecerse.

Una mujer en uno de mis seminarios de comportamiento habló sobre ser tan herida por ser empujada implacablemente como una atleta competitiva por su madre narcisista que en la edad adulta cortó toda comunicación con ella. Su sentido de "Estoy siendo usado" dejó un abismo emocional entre ellos.

Si los niños no pueden ser perfectamente atléticos, estudiosos, hermosos u obedientes, el padre narcisista comenzará a distanciarse. Eventualmente, el niño puede ser visto como más una carga que una fuente de placer.

Algunos padres narcisistas ven a los niños como un trabajo conveniente. Carlina es una de esas madres. En sus cincuenta años, comenzó a adoptar niños de lo que ella misma llamó las "clases bajas" y los preparó para trabajar en la casa. Les diría, incluso en presencia de extraños, que tenían que cuidarla en su vejez porque los había "rescatado" y era su "deuda". Triste, realmente, con qué facilidad algunos devalúan a otros, especialmente la personalidad narcisista. Finalmente, según el clínico que trabajó en este caso para el estado, estos niños adoptados pudieron emanciparse de esta mujer muy egoísta. Pero sufrieron. Como uno de ellos le dijo a su consejero designado por el tribunal: "Incluso en el orfanato la vida era mejor, no me amaban allí, pero al menos no me hicieron sentir como un esclavo".

Y pensaste que "Cenicienta" era solo un cuento de hadas.

Puede ser peor Hay innumerables casos de niños que pasan sin alimentos o asistencia médica porque sus padres narcisistas simplemente no podían ser molestados o no se sentían obligados. Pueden estar atados a las camas, encerrados en habitaciones, puestos en adopción o incluso asesinados.

Es desgarrador ver cómo los niños continúan buscando desesperadamente la atención de los padres narcisistas, incluso cuando se raciona unos minutos aquí, unas horas allí, sin comprender que este padre

no puede amarlos mientras anhelan ser amados. A medida que crecen, se dan cuenta de lo poco que se les ha dado, a qué precio y con qué condiciones. Cualquier problema que tengan será enfrentado con indiferencia o alguna versión de "Supéralo", "No es tan malo" o "No seas un llorón, eso no es nada comparado con lo que me pasó".

Amanda todavía tiene las cicatrices emocionales de crecer con una madre narcisista. Ella me escribió buscando consejo, después de haber leído algunos de mis libros. Si le preguntas, ella inmediatamente te dirá que "nunca se sintió amada" cuando era niña. Siempre. Qué terrible debe ser eso. Le parecía que nunca podría complacer o hacer nada bien. Su madre siempre estaba cuestionando, desafiando, ordenando; nunca preguntando, preguntando o mostrando mucho interés en sus necesidades, deseos o deseos. Se pregunta en voz alta por qué se siente tan vacía. Todo se remonta a cómo fue tratada, como si no fuera nada.

Amanda me recordó que estas heridas de la infancia se vuelven a abrir repetidamente: ¿Cuál es el regalo correcto del Día de la Madre para alguien que critica todo? ¿Qué escribes en la tarjeta de cumpleaños para un padre que no tenía interés en ti? Si te mudas, ¿con qué frecuencia visitarás a esa persona que no te respetó o no te mostró amor? ¿Asumirás tareas de cuidado de ancianos? ¿Qué dirás y harás en el funeral de este padre? ¿Incluso vas a ir?

A veces, los padres que no conocen límites crían a un niño que tampoco tiene ninguno, eximiendo a su hijo como lo hacen ellos mismos. Así, el niño internaliza el narcisismo de los padres, y el narcisismo se mueve de generación en generación. Sí, los padres pueden enseñar a los niños la indiferencia. Crecen teniendo poca simpatía o respeto por los demás. Puede socializar a un niño para que sea desagradable, denigrando a otros mientras se siente con derecho. No es sorprendente, entonces, cuando estas personas se convierten en acosadores, ya sea en su juventud o como adultos. No debemos esperar flores cuando hemos plantado y regado las malas hierbas.

ENCUENTROS CON LA PERSONALIDAD NARCISISTA

Ya sea que te apuñalen por una promoción, que te denigren en una reunión o que te pongan en fila en el proceso de pago, a estas personalidades no les importa si te incomodan, intimidan o enfurecen en su búsqueda por cuidar al Número Uno: sí mismos.

Cada vez que oigo hablar de un jefe, gerente, entrenador, maestro o compañero de trabajo que rompe, ladra, grita, grita, arroja cosas o intimida, sé que estamos tratando con una personalidad narcisista. No hay excusa para ninguno de esos comportamientos, y la vergüenza de una organización que mantiene a esa persona cerca. Los adultos que actúan como niños causan graves daños en el mundo adulto, y cuanto mayor es su autoridad, más amplia y devastadora es su estela.

Dado que las personalidades narcisistas tienen un ego enorme, también tienen un sentido descomunal de lo que les pertenece. En un caso del FBI que investigué personalmente, un contratista del gobierno que estaba trabajando con material altamente sensible y clasificado nos contactó para pedir ayuda después de que el administrador de sistemas informáticos se hizo cargo de la computadora de la compañía. Una revisión de sus comunicaciones a lo largo de los años con sus superiores reveló que se jactaba repetidamente de lo importante que era y de cómo "hice" esto o "hice" aquello. A menudo hablaba o incluso insistía en que estos eran "mis sistemas", "mi red", "mis códigos", "mis protocolos". No eran suyos, por supuesto; Era un empleado, pero su narcisismo era evidente en sus escritos. Al final, los expertos externos tuvieron que entrar después de horas y reclamar el sistema. Y ese es el problema con los empleados narcisistas. Puede ser su empresa, sus activos o su trabajo en la línea, pero no lo ven así. Piensan que les pertenece y corren riesgos a su cargo. Al final, pagamos el precio por los excesos de la personalidad narcisista, a menudo a un gran costo físico, psicológico o financiero.

El narcisismo no se trata solo de posesividad; También puede escalar a violencia que con demasiada frecuencia no se denuncia. Un buen ejemplo es el jefe quete arroja cosas, te agarra del brazo o (como en un caso me informaron en una conferencia) bloquea la puerta con su cuerpo y empuja a un trabajador a su oficina. Lo que es inquietante es que el trabajador nunca informó esto a su propia organización. Esta no era la primera vez

que esto sucedía, ni la última: se lo había hecho a otros, pero, según relató este empleado, "nos habíamos acostumbrado a este matón".

Desafortunadamente, las personas a menudo descartan o ignoran estos y otros comportamientos escandalosos, diciendo que "no son tan malos" o "no volverán a suceder", o que es más fácil tolerar al acosador errante, especialmente si él es el jefe.

Así que se dejaron intimidar y aporrearon, los problemas quedaron escondidos debajo de la alfombra, no surgen buenas ideas porque nadie quiere arriesgarse a ser menospreciado y los trabajadores valorados se cansan y renuncian. A veces, la disfunción de los narcisistas se vuelve tan arraigada que otros los cubren, o comienzan a pensar que estos comportamientos fuera de límites tienen sentido, o los disculpan porque la persona es "brillante" o "está bien la mayor parte del tiempo". No, lo siento, no está bien, porque pagas un alto precio por ese tipo de tonterías desagradables.

Estos incidentes deben informarse siempre que sea posible. Ciertamente, RRHH debe ser informado de inmediato. Si por alguna razón no puede o no lo hace, entonces grábelo de inmediato en un calendario, en un correo electrónico a otros o incluso a usted mismo, en un teléfono celular, en cualquier lugar, simplemente haga un registro de lo que sucedió exactamente, qué se dijo, cuándo y dónde. ¿Por qué? Porque estos individuos no cambian. Y si las cosas empeoran y el asunto se revisa o hay una acción civil, el que tenga el registro más preciso de los eventos gana. Los narcisistas no van a apuntar, "Empujé físicamente tal y tal hoy" o "Llamé a tal y tal un _____ hoy". No ven nada malo en lo que hicieron. Pero debe escribirlo y compartirlo con otros. Para más estrategias sobre cómo tratar con la personalidad narcisista, vea el Capítulo 6, Autodefensa contra personalidades peligrosas.

Al final de un seminario que di en Virginia sobre personalidades peligrosas, Un ejecutivo de alto nivel se me acercó y me preguntó si me importaría llamar a su jefe, que no podía asistir a la conferencia. Tenían un "empleado problemático" que cumplía con los criterios de una personalidad peligrosa, y sintió que debería hablar con el CEO. Me

sorprendió la conversación telefónica que tuve con este CEO en mi camino al aeropuerto. El comportamiento de este empleado se había descontrolado tanto que amenazaba la solvencia de la compañía. Este ejecutivo me contó una historia desgarradora tras otra de abuso total de confianza por parte de esta persona que había comprometido la información personal de los clientes, la información de la tarjeta de crédito de los clientes y sus compañeros, datos estratégicos vitales sobre los planes de la compañía, y más. Como si eso no fuera suficiente, el empleado era básicamente "correo gris" (es decir,

El CEO había intentado todo para aplacar a esta persona y trabajar dentro de los protocolos del departamento de recursos humanos, pero no estaban llegando a ninguna parte. De hecho, sus esfuerzos para llegar realmente estaban empoderando al narcisista. El CEO se había enfermado hasta el punto de ver a su médico de cabecera y a un psicólogo para lidiar con la ansiedad que este empleado le estaba causando. El empleado narcisista, por supuesto, estaba bien.

El CEO dijo que esto había estado sucediendo durante aproximadamente 18 meses. Le pregunté: "Es su empleado, molesta a todos, lo está inquietando y enfermando, y está siendo arrogante con información privada y privada de la empresa, ¿no es así?"

"Sí", respondió el CEO.

"Entonces, ¿por qué lo mantienen cerca?" Yo pregunté.

"Porque realmente pensé que las cosas mejorarían". Esa es una respuesta común de aquellos que no entienden la personalidad narcisista. Inocentes, pero ignorantes, piensan que las cosas mejorarán. No lo harán.

Los ejecutivos me dijeron que se habían alejado de los negocios porque la otra parte era tan tóxica, tan narcisista, que ellos y el personal no podía soportar estar en la misma habitación o incluso hablar por teléfono con ellos. Cada vez, pensaron que mejoraría; no lo hizo De hecho, he escuchado historias en las que se puso tan mal que algunos se enfermaron físicamente al tratar con estas personas. Como me dijo el propietario de una empresa de transporte después de uno de estos eventos, "Joe, no vale

la pena que mis mejores personas se enfermen y me preocupe todo el tiempo si puedo confiar en esta persona". Me alejé y estoy feliz de haberlo hecho ".

Los narcisistas pueden alcanzar altos niveles en profesiones de alto poder o confianza, donde las transgresiones y los abusos de autoridad pueden tener consecuencias devastadoras. Cuando tienes un oficial de policía que miente, engaña y roba; un profesional de la salud que se cree el árbitro de quien vive o muere; Como entrenador que abusa sexualmente de los niños que confían, el potencial de hacer daño aumenta exponencialmente.

Mire a Rita Crundwell, contralor y tesorera de Dixon, Illinois, quien en 2012 se declaró culpable de malversación de $ 53 millones en un período de 22 años. Esta es una cantidad increíble de dinero, que supuestamente usó, en parte, para financiar su interés en cuartos de caballo.[1.1] Su posición de confianza como contralor de la ciudad le dio acceso expansivo a los fondos de la ciudad que usaba como chequera personal.

Oímos hablar de corrupción por parte de funcionarios del gobierno todo el tiempo, pero la personalidad narcisista se puede encontrar al acecho en cualquier lugar. Cualquiera que se una a una secta religiosa que tenga una personalidad narcisista como líder puede estar seguro de vivir una vida que sobrevalora al líder a expensas de los seguidores. En cuanto a los cultos, nunca he estudiado uno que no tuviera un individuo patológicamente narcisista como líder. Jim Jones (Jonestown, Guyana), David Koresh (Rama Davidians), Charles Manson, Shoko Asahara (Aum Shinrikyo), Joseph Di Mambro (Orden del Templo Solar, también conocido como Ordre du Temple Solaire), Marshall Herff Applewhite Jr. (Heaven's Gate), Bhagwan Shree Rajneesh (movimiento Rajneesh) y Warren Steed Jeffs (líder polígamo y abusador de niños condenado) fueron o son notoriamente narcisistas, intolerante a la crítica, predicando ideas grandiosas, altamente autorizadas, situándose por encima de los demás y de la ley. Estas personas le venderán sueños que tienen un precio alto y usted pagará.

En noviembre de 1998, 1 año después del suicidio masivo de Heaven's Gate en California y en el vigésimo aniversario de la masacre de Jonestown

en Guyana, un pequeño grupo de analistas del FBI se reunió en la Academia del FBI en Quantico, Virginia, para ver los eventos que rodearon a Jim Jones y su culto, el Templo de los Pueblos. Fue un día aleccionador para mí porque, aunque había leído sobre el evento a lo largo de los años, ver las fotografías reales de la escena del crimen de los cuerpos hinchados de niños y bebés me dio una nueva perspectiva sobre la masacre, el reverendo Jim Jones y su Personalidad narcisista. Para aquellos que estén interesados, pueden conectarse en línea a la bóveda virtual del FBI y recuperar la investigación real de la masacre, cuyo nombre en código es RYMUR (Asesinato del congresista Leo Ryan) FBIHQ número de archivo 89-4286, y examinar algunos de los mismos. documentos que vi(http://vault.fbi.gov/jonestown/jonestown/) .

Si lees las miles de páginas de este informe en línea del FBI o de uno de los muchos libros escritos sobre Jim Jones y el Templo de los Pueblos, algunas lecciones destacan de manera destacada:

❶Se puede hacer que un número sorprendente de personas pongan sus vidas incondicionalmente en manos de un individuo.

❷Bajo el manto de la religión, una personalidad peligrosa puede salirse con la suya durante mucho tiempo sin un escrutinio externo.

❸Los líderes de las sectas pueden ejercer un control total sobre la vida de sus seguidores, gobernando como en un régimen totalitario.

❹El abuso psicológico y físico repetido puede usarse para obstaculizar los esfuerzos de aquellos que desean abandonar la secta.

❺Los familiares y amigos que temen por los miembros de la secta se verán constantemente frustrados o frustrados en sus esfuerzos por ayudarlos o rescatarlos.

❻La personalidad narcisista de un líder de culto es palpable, como era evidente en las palabras y escritos de Jones, que deberían haber sido advertencias para los posibles miembros.

❼Solo un puñado de miembros de la secta puede ver al líder de la secta por lo que es. Solo unos pocos vieron a Jim Jones como una personalidad narcisista tóxica y peligrosa.

❽Una vez investidos y comprometidos con el líder del culto, los seguidores son reacios o no quieren ver el peligro inminente o resistir los impulsos de la personalidad narcisista, incluso cuando las vidas de sus hijos también están en peligro.

Para los analistas que observaron la masacre de Jonestown, nuestros hallazgos fueron aleccionadores, particularmente porque habíamos visto una amplia evidencia de lo que podemos esperar de la personalidad narcisista en los líderes del culto en el pasado (por ejemplo, Charles Manson, David Koresh, Marshall Herff Applewhite Jr.) y el peligro que presentan al creyente no escéptico. Nuestro análisis limitado reveló lo siguiente:

❶Los líderes de los cultos seguirán atrayendo a personas que no están dispuestas o no pueden discernir cuándo están siendo manipuladas o explotadas.

❷Las sectas que dificultan la partida (por presión psicológica, social o física) logran el cumplimiento a un gran costo psicológico, incluso años después.

❸El aislamiento de la secta es clave para la personalidad narcisista para evitar las críticas, el ridículo o el escrutinio y para controlar la secta.

❹La personalidad narcisista prospera en una posición de liderazgo dentro de un culto y hará casi cualquier cosa para seguir siendo el líder, incluso marginar o destruir a quienes se oponen a ellos.

❺La personalidad narcisista como líder de una secta actúa impunemente en casi todos los casos, permitiendo al líder mayores privilegios (por ejemplo, viajes, ropa, artículos de lujo, sexo) que los miembros de la secta.

❻La personalidad narcisista como líder de la secta pretende tener todas las respuestas y secretos para una vida mejor y toma todas las decisiones.

Debido a las protecciones constitucionales en torno a la religión y las asociaciones voluntarias, es poco lo que la policía puede hacer para intervenir en las sectas a menos que haya una violación clara de la ley estatal o federal. En la mayoría de los casos, debido al secreto, es difícil intervenir, como vimos con el caso de Warren Jeffs de la Iglesia Fundamentalista de los Santos de los Últimos Días en el sur de Utah en 2006 (sexo con niñas menores de edad). O, trágicamente, la policía llega demasiado tarde a la escena, como sucedió en Jonestown.

Esas fueron nuestras observaciones sobre los cultos, pero si lo piensas bien, muchas de estas mismas características (secreto y aislamiento, abuso psicológico y / o físico para debilitar el libre albedrío, poder absoluto concentrado en las manos de una persona) se pueden encontrar en entornos de trabajo tóxicos. u organizaciones, en hogares gobernados por tiranos, o incluso en estados-nación.

La historia atestigua el hecho de que el narcisismo patológico es la raíz del terrible sufrimiento. Adolf Hitler, Joseph Stalin y Pol Pot se destacan como ejemplos de líderes con personalidades narcisistas que exterminaron a millones, todo por su extrema grandiosidad: creían que solo ellos tenían las respuestas. Estos y más discutiremos en capítulos posteriores.

Pero para darle una idea de cómo funciona la mente narcisista, este es solo un ejemplo que podría ser ridículo si no fuera tan lamentable. La inigualable capacidad de crueldad de Joseph Stalin fue casi igualada por su ansia narcisista de reconocimiento, como se refleja en los numerosos títulos oficiales y honorarios a los que se suscribió, incluyendo: Generalisimus del soviet Unión, Comandante Supremo en Jefe, Presidente del Comité Estatal de Defensa, Secretario General del Comité Central del Partido Comunista Bolchevique, Secretario General del Comité Central del Partido Comunista, Presidente del Consejo de Comisarios del Pueblo de la URSS, el Coryphaeus (literalmente "el líder del coro") de Science, Father of Nations y Brilliant Genius of Humanity. Todo esto para enmascarar sus humildes comienzos como Iosif Vissarionovich Dzhugashvili, un nombre georgiano plebeyo que más tarde cambió a Joseph Stalin para reflejar su visión de sí mismo, literalmente, como el "Hombre de Acero" (Stalin

significa "acero" en ruso).[1,2] Tales son las formas de los narcisistas, incluso cuando son de origen humilde.

** Para descargar una versión imprimible y completa en blanco de la lista de verificación a continuación, visite http://bit.ly/NarcissistList .*

SU LISTA DE VERIFICACIÓN DE PERSONALIDADES PELIGROSAS

Señales de advertencia de la personalidad narcisista

Como señalé en la introducción, desarrollé varias listas de verificación basadas en el comportamiento durante mi carrera para ayudarme a evaluar a las personas para ver si eran personalidades peligrosas. Esta lista de verificación en particular lo ayudará a determinar si alguien tiene las características de la personalidad narcisista y dónde esa persona cae en un continuo o espectro (desde arrogante y desagradable hasta indiferente e insensible hasta abusivo y peligroso). Esto lo ayudará a decidir con mayor precisión cómo tratar con esta persona, determinar su toxicidad y evaluar si puede ser una amenaza para usted u otras personas.

Esta lista de verificación, así como las otras en este libro, fue diseñada para que usted y yo la usemos en la vida cotidiana, personas que no son profesionales o investigadores capacitados en salud mental. No es una herramienta de diagnóstico clínico. Su propósito es educar, informar o validar lo que ha presenciado o experimentado.

Lea cada declaración en la lista de verificación cuidadosamente y verifique las declaraciones que correspondan. Se honesto; piensa en lo que has escuchado a un individuo decir o lo que ha visto hacer, o lo que otros te han expresado. Obviamente, la mejor evidencia es lo que usted mismo ha observado y cómo se siente cuando está cerca o interactúa con esta persona.

Marque solo las declaraciones que correspondan. No adivine ni incluya más que cumplir con los criterios exactamente. En caso de duda, déjelo afuera. Algunos elementos parecen repetitivos o parecen superponerse, es decir, intencional, para capturar los matices de comportamiento en función de cómo las personas experimentan o describen estas personalidades.

Es muy importante que complete toda la lista de verificación, tal como está diseñada, para aumentar su confiabilidad. Cada lista de verificación completa cubre temas muy sutiles pero significativos en los que quizás nunca haya pensado. Algunos elementos pueden ayudarlo a recordar eventos que había olvidado. Lea cada declaración, incluso si siente que ha visto lo suficiente o que los primeros elementos no parecen aplicarse.

Los pronombres de género (él, ella, etc.) se usan indistintamente en las declaraciones. Cualquier declaración puede ser aplicable a cualquier género.

Evaluaremos los puntajes cuando haya terminado, pero por ahora, marque cada elemento a continuación que corresponda.

□ 1. Proyecta la importancia personal más allá de la posición, la experiencia o lo que se ha ganado o merece debidamente.

□ 2. Tiene una idea grandiosa de quién es y qué puede lograr.

□ 3. A menudo habla de su necesidad de liderar, estar a cargo, ejercer el poder o lograr el éxito inmediato.

□ 4. Cree que solo debe asociarse con otras personas "especiales", "exitosas" o de "alto estatus".

□ 5. Requiere admiración excesiva de los demás.

□ 6. Tiene un sentido de derecho, esperando ser tratado como alguien especial o tener prioridad en todo momento.

□ 7. Es interpersonalmente explotador de los demás y se aprovecha de los demás para beneficio personal.

□ 8. Carece de empatía y no puede reconocer las necesidades o el sufrimiento de los demás.

□ 9. A menudo tiene envidia de los demás o cree que otros tienen envidia de él.

□ 10. Es arrogante y altivo en comportamiento o actitud.

□ 11. Tiene una tendencia a ver sus problemas como únicos o más agudos que los de cualquier otra persona.

□ 12. Tiene un sentido de privilegio exagerado que le permite infringir las reglas y violar las leyes.

□ 13. Está excesivamente centrado en sí mismo hasta el punto de alienar a los demás al ser tan "yo" o "yo" orientado.

□ 14. Es hipersensible a cómo otros la ven o perciben.

□ 15. Te ha irritado o molestado regularmente, y otros se quejan de lo mismo.

□ 16. Rutinariamente pasa una cantidad excesiva de tiempo en arreglarse, verse bien y ser mimado.

□ 17. Tiende a sobrevalorarse a sí mismo y sus capacidades en casi todas las cosas.

□ 18. Ha devaluado a otros como inferiores, incapaces o no dignos.

□ 19. Ha demostrado poca simpatía o empatía por los demás; sin embargo, ella espera que otros muestren su empatía.

□ 20. Ha ignorado las necesidades de los demás, incluidas las necesidades biológicas (alimentos, agua, etc.), físicas (vivienda, ropa, etc.), emocionales (amor, caricias, abrazos, etc.) y financieras, en múltiples ocasiones.

□ 21. No es feliz cuando otros triunfan o reciben reconocimiento.

□ 22. Se considera o actúa como un acosador.

□ 23. Habla contigo más que contigo.

□ 24. Necesita ser el centro de atención y hace cosas para distraer a los demás para asegurarse de ser notado (por ejemplo, llegar tarde, usar ropa llamativa, usar lenguaje dramático o hacer entradas teatrales).

□ 25. Cuando ella se comunica con usted, se siente como si estuviera enviando mensajes, pero no los está recibiendo. La comunicación es solo unidireccional.

□ 26. Asume que otros lo valoran tanto como él mismo y se sorprende al saber que no lo hacen.

□ 27. Insiste en tener lo mejor de todo (casa, automóvil, electrónica, joyería, ropa), incluso cuando no puede permitírselo.

□ 28. Parece tener dificultades para comprender las emociones profundas. Parece emocionalmente desapegado en momentos en que las emociones más sentidas son más necesarias.

□ 29. Tiene la necesidad de controlar a los demás y exige lealtad total en todo momento.

□ 30. Se comporta como si las personas fueran objetos para ser utilizados, manipulados o explotados.

□ 31. Repetidamente ha violado los límites de las reglas, la privacidad, el secreto o el decoro social.

□ 32. Solo ve sus propios problemas e ignora repetidamente los problemas o luchas que otros pueden tener.

□ 33. Parece carecer de cualidades altruistas: todo se hace con un propósito egoísta; rara vez hace algo por el bien de los demás.

□ 34. Incluso sin ningún tipo de logro demostrado, los actos importantes o realizados.

□ 35. Tiene la necesidad de inflar habitualmente logros, acciones o experiencias personales.

□ 36. Cuando otros hablan de logros, él se jacta de sus propios logros u orienta la conversación para que sus logros también sean reconocidos.

□ 37. Se siente con derecho a cualquiera de estos: éxito, fama, fortuna o sexo, sin inhibiciones legales, morales o éticas.

□ 38. En el trabajo, habitualmente compite con sus compañeros por la atención o elogios y los devalúa para ganar el favor de los que tienen autoridad.

□ 39. Cuando es criticado, parece inseguro y tiende a arremeter.

□ 40. Ha actuado imperiosamente a veces, sin desear saber lo que otros piensan, han planeado o están preocupados.

□ 41. Ha actuado o se considera omnipotente, no está dispuesta a darse cuenta de sus propias debilidades o debilidades.

□ 42. Es superficialmente encantador o interesante.

□ 43. Se ha presentado como algo que no es (impostor), como un médico, oficial militar, astronauta o Navy SEAL, por ejemplo.

□ 44. Es muy interesante estar al principio, pero después de un tiempo te quita energía o interés.

□ 45. Te ha hecho sentir que su copa siempre debe llenarse mientras la tuya se vacía.

□ 46. Te ha devaluado a ti o a tu trabajo y te ha hecho sentir que no vales nada sin tener en cuenta tus sentimientos.

□ 47. Ha mostrado interés y curiosidad acerca de cómo otros lograron el éxito, pero no está dispuesto a dedicarse o sacrificarse a ese esfuerzo.

□ 48. Tiene fantasías grandiosas de logro (alto cargo político) que rara vez se cumplen de manera legítima o en absoluto.

□ 49. Está preocupado por lograr la aclamación social o el cargo político por cualquier medio.

□ 50. Ha comprado repetidamente cosas caras o valiosas para ella, pero se niega a hacer lo mismo con los miembros de la familia.

□ 51. Subestima constantemente la capacidad y la capacidad de desempeño de los demás.

□ 52. Se ve a sí mismo como superior en intelecto, capacidad o apariencia en comparación con los demás.

□ 53. Le gusta menospreciar a los demás para que se sienta mejor consigo misma.

□ 54. Ha menospreciado públicamente a aquellos que no están a la altura de las expectativas, incluidos sus propios hijos.

□ 55. No le interesa saber más sobre usted y carece de curiosidad normal en los demás.

□ 56. A veces, muestra una cierta frialdad o distanciamiento que te hace preocuparte por quién es realmente y / o si realmente la conoces o no.

□ 57. Al interactuar con los demás, percibe acciones benignas como ajustar el asiento, girar, revisar el teléfono o mirar el reloj como desinterés y se ofende o irrita innecesariamente.

□ 58. Trata a los que se consideran inferiores a él con desprecio y arrogancia.

□ 59. Solo aprecia a aquellos que pueden hacer algo por ella.

□ 60. Tiene relaciones interpersonales que parecen siempre deterioradas o en dificultad debido a su ego y grandiosidad.

□ 61. Se ve a sí misma como teniendo un conocimiento especial o comprensión única y habla de sí misma de esa manera.

□ 62. Tiene una personalidad que te cansa, o lo encuentras molesto.

□ 63. Se jacta inapropiadamente de sus logros.

□ 64. La palabra "yo" domina las conversaciones. Es ajena a la frecuencia con la que se hace referencia a sí misma.

□ 65. Se presenta como un autojusticia y un escrutinio superior.

□ 66. Ha logrado mucho éxito, pero a costa de otros a quienes rara vez, si alguna vez, acredita adecuadamente.

□ 67. Ha comentado que esta persona o ese grupo es "inferior" o "inútil".

□ 68. Favorece el uso de cocaína (específicamente) para potenciar su grandiosidad, habilidades o autoestima.

□ 69. Afirma ser un amante o seductor excepcional. Se jacta de las repetidas conquistas.

□ 70. Odia ser avergonzado o fracasar públicamente.

□ 71. Nunca parece sentirse culpable por nada que haya hecho mal y nunca se disculpa.

□ 72. Cree que tiene la respuesta y la solución a la mayoría de los problemas, por complejos que sean.

□ 73. Cree que siempre tiene la razón y que todos los demás están equivocados.

□ 74. Ve a los que no están de acuerdo con él como "enemigos".

□ 75. Ha recurrido a engaños, estafas, intrigas, malversaciones u otros delitos de cuello blanco para lograr el éxito.

□ 76. A menudo es rígido, inflexible e insensible.

□ 77. Trata de controlar lo que otros hacen o piensan.

□ 78. Tiende a ser posesivo con sus seres queridos o familiares e interfiere con su libertad; no le gusta cuando visitan amigos o extraños.

□ 79. Ofrece demostraciones de empatía a corto plazo, superficiales o egoístas.

□ 80. Uno siente que quiere destruir o estropear la fortuna de aquellos a quienes envidia o compiten.

□ 81. Se ha negado a mirar o reconocer un logro orgulloso de los suyos o no reconoce el dolor y el sufrimiento de los demás.

□ 82. A menudo reacciona a las críticas con represalias, vilipendios, contraataques, rabia o insensibilidad.

□ 83. No puede molestarse en trabajar, alegando que interferiría con "pensar", "planificar", "establecer contactos", "estudiar" o "prepararse".

□ 84. Se unió a un club o compró una membresía u organización de golf, solo para ser visto en los lugares correctos con el "tipo correcto de personas", pero no puedo permitírselo.

□ 85. Ve defectos en los demás de forma rutinaria, pero ninguno en sí misma.

□ 86. No le gusta que lo critiquen, incluso cuando es útil.

□ 87. Ve los problemas personales en los demás como signos de inferioridad, debilidad o mal control de los impulsos.

□ 88. Se jacta constantemente o se jacta de las compras costosas (joyas, juguetes, propiedades, automóviles, etc.).

□ 89. En el trabajo, exagera repetidamente a la gerencia su valor y contribuciones.

□ 90. Muy fácilmente ve debilidades en otros y es rápido en explotar esas debilidades.

□ 91. Está en una relación parasitaria o de explotación, aprovechando financieramente a alguien (se niega a trabajar o contribuir, aunque sea sano y capaz).

□ Al menos una vez ha dicho que desde una edad temprana, se sintió "destinado a la grandeza".

□ Parece ser altamente dependiente del tributo y la adoración y, a menudo, pescará cumplidos.

□ No escucha muy bien o solo escucha cuando hay un cumplido para ella.

□ 95. Exige que otros hagan cambios para satisfacer sus necesidades a su costa o inconveniente.

□ 96. Es astuto y manipulador, buscando siempre tener la mayor ventaja.

□ 97. No parece corresponder en especie con atención, gratitud o amabilidad hacia los demás.

□ 98. Utiliza insultos para establecer superioridad, dominio o control.

□ 99. Ha hecho afirmaciones falsas sobre educación o títulos (por ejemplo, afirmando tener un doctorado).

□ 100. Mantiene la apariencia de un estilo de vida extravagante a pesar de ser financieramente frágil o haberse declarado en bancarrota.

□ 101. Repetidamente no puede ver o ver las cosas desde la perspectiva de los demás; carece de comprensión empática de los demás y sus necesidades o deseos.

□ 102. Le gusta estar cerca de personas notables para disfrutar de su gloria o le gusta nombrar.

□ 103. Piensa que no todos son dignos de estar cerca de ella.

□ 104. Tiene una vida emocional superficial y detesta cuando otros acuden a él con sus problemas emocionales "triviales".

□ 105. Puede ser tímida y solitaria, pero sin embargo es arrogante hacia los demás y cree en su propia superioridad o singularidad.

□ 106. Ha mentido sobre el pasado, sobre logros o para ocultar transgresiones legales o éticas, incluida la falta de acción o notificación.

□ 107. Se indigna cuando otros no demuestran lealtad absoluta.

□ 108. Le ha hecho esperar intencionalmente a usted u otras personas o ha extendido reuniones o conversaciones, lo que ha molestado a otros.

□ 109. Nunca está agradecido o satisfecho con la compensación o las ventajas en el trabajo, a pesar de que son generosos.

□ 110. No duda en cargar a los demás con lo trivial, incluso cuando otros están ocupados o atienden cosas más importantes.

□ 111. Trata frenéticamente de mantener un cuerpo y una apariencia juveniles exagerando entrenamientos, hazañas físicas, cosméticos o cirugía.

□ 112. Parece probarse a sí mismo y afirmar la sexualidad al tener relaciones extramaritales repetidas.

□ 113. La mayor parte de su disfrute parece ser de los tributos recibidos de otros.

□ 114. Se ha complacido en engañar a otros, incluidos padres, amigos y asociados.

□ 115. En lugar de sentirse feliz por el éxito de los demás, es celoso o mezquino y lamenta su éxito.

□ 116. Renunció a una relación o amistad una vez que ya no lo benefició social o económicamente.

□ 117. Ha buscado activamente una esposa o pareja trofeo para ayudar con las ambiciones profesionales o políticas.

□ 118. Tácticamente planea días o eventos para atraer atención y elogios.

□ 119. No puede identificar las necesidades, deseos, deseos y sentimientos de las personas más cercanas a ella.

□ 120. Es impaciente con los demás.

□ 121. Incesantemente habla de sí mismo o de sus aspiraciones.

□ 122. Tiende a discutir asuntos o preocupaciones personales con detalles inapropiados o expansivos, ajenos a las limitaciones de tiempo o

las sensibilidades de los demás.

□ 123. A menudo dice cosas que son perjudiciales para los demás, pero no muestra remordimiento.

□ 124. Una de estas palabras generalmente se aplica a ella: snob, despectiva, arrogante, condescendiente.

□ 125. Ha criticado a quienes siguen las reglas o que esperan pacientemente en la cola.

□ 126. Parece carecer especialmente de tristeza y triste anhelo.

□ 127. Solo le preocupa ser atrapado o ser avergonzado en público, no ser ético.

□ 128. Incluso después de muchos años, sientes que realmente no conoces a esta persona.

□ 129. Ha utilizado a familiares o amigos para mentir en su nombre.

□ 130. No está dispuesto a reconocer errores, fechorías, malas ideas o acciones peligrosas.

PUNTUACIÓN

☑ Cuente cuántas declaraciones se aplican a esta persona según los criterios discutidos al principio de esta lista de verificación.

☑ Si descubre que esta persona tiene de 15 a 25 de estas características, esta es una persona que ocasionalmente tendrá un impacto emocional en los demás y puede ser difícil vivir o trabajar con ella.

☑ Si el puntaje es de 26 a 65, esto indica que el individuo tiene todas las características y se comporta como una personalidad narcisista. Esta persona necesita ayuda y causará confusión en la vida de cualquier persona cercana a él o ella.

☑ Si el puntaje es superior a 65, esta persona tiene una preponderancia de las principales características de una personalidad narcisista y es un peligro emocional, psicológico, financiero o físico para usted u otros.

ACCIONES INMEDIATAS

Tal vez la lista de verificación le haya confirmado que lo que siempre sospechó es correcto: puede estar en una relación o trabajar con alguien que cumpla con los criterios de un narcisista. Tal vez haya sido atormentado y victimizado, y completar la lista de verificación ahora le da validación e ímpetu para tratar mejor con este individuo, buscar ayuda o cambiar su situación. Enhorabuena: ha dado un gran paso al educarse para poder tratar con mayor eficacia a estas personas.

Lo que haga ahora se basará en muchas cosas, entre ellas su situación y cómo este individuo obtuvo un puntaje en la lista de verificación. Es posible que pueda ignorar a este individuo en el trabajo. O puede que no tenga otra opción: es posible que tenga que vivir con esta persona, y si bien esta persona puede ser irritante, él o ella puede obtener una puntuación lo suficientemente baja en la lista de verificación como para ser tolerable. Pero tal vez la persona obtuvo un puntaje muy alto y le presenta la posibilidad de sufrir tormentos, degradaciones o incluso daños psicológicos. Solo usted puede decidir eso, pero ahora tiene algo concreto con lo que trabajar a medida que acepta lo que está sucediendo, ya sea que lo haga con amigos, clérigos, recursos humanos, su jefe, un profesional de salud mental, servicios sociales o incluso la policía.

Pero pase lo que pase, su primera responsabilidad es con usted y sus seres queridos. No dejes que nadie te diga que debes permanecer en una relación o en una organización donde serás intimidado, atormentado o victimizado. Haz lo que tengas que hacer para protegerte.

Trate de distanciarse de estas personas tanto como sea posible. Sé que a veces esto no es fácil de hacer por una variedad de razones válidas, y las he escuchado todas. En esos casos, intente establecer límites para lo que es permisible o aceptable, pero no se sorprenda cuando se ignoren estos límites y se repitan los comportamientos ofensivos.

Aquí está la dura verdad. Es posible que necesite esta persona, es posible que no pueda distanciarse de esta persona, y esta persona puede ser un miembro de la familia o un cónyuge, tal vez incluso su empleador. Entiendo. Pero sepa esto: la personalidad narcisista lo aplastará y, al final, sufrirá emocional, física, psicológica o financieramente. Cuanto más alto sea el puntaje de una persona en la lista de verificación, peor será. La distancia, he descubierto, es a menudo el mejor recurso con estas personas. Esa es la dura verdad, y ahora tú también lo sabes. Para estrategias adicionales al tratar con la personalidad narcisista, vea el Capítulo 6, Defensa personal contra personalidades peligrosas.

CAPÍTULO 2
“CIERRE SUS CINTURONES DE SEGURIDAD… "

INVESTIGAR PERSONALIDADES EMOCIONALMENTE INESTABLES Y hablar con personas cuyas vidas han dado un vuelco debería preocuparnos a todos. Si bien la sociedad y los profesionales reconocen más fácilmente el daño causado por otras personalidades peligrosas, como el depredador (ver Capítulo 4), los estragos causados por la personalidad emocionalmente inestable rara vez se reconocen adecuadamente. El daño que esta personalidad hace tiende a ser más interpersonal, del tipo que el sistema criminal tiende a pasar por alto, pero a menudo vivimos o trabajamos con personas como esta, y pueden causar un gran daño.

Los rasgos clave de esta personalidad son la inestabilidad emocional generalizada marcada por comportamientos que afectan su bienestar, relaciones e interacciones con los demás. Cambiables como el clima y mucho menos predecibles, se mueven de un extremo del espectro emocional al otro, sintiéndose en la cima del mundo o como una princesa un minuto y una víctima en la cuneta al siguiente. Pueden ser talentosos, encantadores, estimulantes y seductores, pero también pueden volverse

rápidamente hostiles, impulsivos o incluso irracionales. Es para esta personalidad que se inventó la palabra mercurial.

Tienen una necesidad abrumadora de ser amados y sentirse seguros, pero poca capacidad para nutrir o fomentar relaciones saludables. Acércate demasiado y se sienten sofocados; dales espacio y se sienten abandonados. Trágicamente, su búsqueda incipiente de estabilidad puede provocar daños para ellos y para los demás.

Cuando escucho de otra celebridad que se divorciará por quinta, sexta, séptima o (en el caso de Elizabeth Taylor) la octava vez, me pregunto: ¿Es esta persona emocionalmente inestable? ¿El cónyuge tenía una pista? ¿Richard Burton, que regresó a Elizabeth Taylor por segunda vez, pensó que las cosas mejorarían? No lo hicieron, y generalmente no lo hacen.[1]

Las personas pueden sentirse atraídas por la inteligencia, la energía, la seducción o la belleza de estas personalidades, viendo estas características como atributos positivos para una relación exitosa. Pero cuando miran debajo de la carilla, debajo de la persona pública administrada, encontrarán el verdadero ser emocionalmente inestable. En el hogar, en la oficina o en el plató de la película, estas personas brillantes pero muy intensas interrumpen, interfieren o se vuelven difíciles hasta el punto de que no se hace nada o hay una agresión irreconciliable. Cada biografía que lees sobre Marilyn Monroe da fe de su personalidad emocionalmente inestable que la afectó negativamente a ella y a casi todas las personas con las que trabajó.[2]

Al igual que las personalidades narcisistas, las personalidades emocionalmente inestables deben ser atendidas: empujan los límites, rompen las reglas y necesitan ser el centro de atención. Pero mientras los narcisistas hacen estas cosas porque sienten que son perfectas y tienen derecho a un tratamiento especial, las personalidades emocionalmente inestables las hacen porque necesitan apoyo y afirmación constantes, incluso de los niños, para sentirse bien consigo mismos. Necesitados emocionalmente, se aferran, como tentáculos, a aquellos que satisfarán sus necesidades y tolerarán su comportamiento. Pero ese tipo de

necesidad es exigente incluso para la persona más generosa, y estas personas tienden a ser muy exigentes.

Si estás involucrado con alguien así, prepárate para una vida de extremos, exasperación y agotamiento. El grado de confusión depende de la persona con la que está involucrado y de dónde se encuentra su patología en un espectro, ya que cada persona es diferente. Algunos son menos hostiles y más tolerables, mientras que otros pueden ser autodestructivos o tóxicos para los compañeros de trabajo o incluso para sus propios hijos. Por lo menos, serán irritantes y polémicos; en el peor de los casos, experimentarás un profundo trauma emocional y tal vez incluso violencia. Como un psicólogo me describió el estrés insoportable de tratar con personalidades emocionalmente inestables: “No siempre te matan. Pero siempre parecen tener un dedo en tu ojo ".

Muchos factores pueden contribuir a que estas personalidades sean como son. Puede haber razones neurológicas o incluso biológicas para su comportamiento, o puede ser el resultado de un trauma pasado, uso de drogas, abuso o indiferencia de los padres. Nadie lo sabe con certeza, aunque todo esto seguramente debe contribuir, incluidos los factores hereditarios.

Lo que sí sabemos, lo que me han informado y lo que mi experiencia me ha enseñado es que estas personas eventualmente agotan a otros de paciencia, comprensión, compasión y comprensión. A través de su comportamiento y su inestabilidad emocional, tensan las relaciones con familiares, amigos, compañeros de trabajo y gerentes hasta el punto de ruptura.

Eventualmente, los que están a su alrededor simplemente se rinden, no tienen nada más que dar. Algunos han informado que una personalidad emocionalmente inestable les grava emocionalmente tanto que ya no son capaces de empatía o amor. Como me dijo un esposo después de muchos años de estar casado con una mujer que era emocionalmente inestable: “Lo intenté todo. Me di la vuelta por ella. Pero vivir con ella era un infierno. Me hizo pensar en suicidarme, y esa fue la gota que colmó el vaso. Estaba corriendo vacío, pensando en lastimarme. Solo por ella. He escuchado esto

innumerables veces en los últimos 35 años, tanto como agente especial del FBI como más tarde como consultor de comportamiento.

Estos mismos sentimientos han sido repetidos por otros, incluido mi difunto mentor Phil Quinn, PhD. Desde la perspectiva del Dr. Quinn, tanto como sacerdote católico como psicólogo, se sorprendió al aprender al principio de su práctica cómo las personas que nunca habían pensado en lastimar a alguien fueron impulsadas a pensar en lastimarse a sí mismas o desear dañar a otra persona debido a la otra persona. Personalidad emocionalmente inestable.

¿Impactante? Si. Y un indicador revelador de cuán dolorosa y dañina puede ser la vida con una personalidad emocionalmente inestable. Después de publicar un artículo sobre personalidades peligrosas en mi blog Psychology Today, un lector me escribió en privado y me dijo: “Solo quiero que mi madre finalmente muera. Ella robó mi juventud y toda sensación de seguridad. Quiero que la única persona que nunca me haya defendido finalmente muera para que pueda descansar. Para que ya no tenga que estar en guardia ". Me sorprendió leer esto en su larga y articulada carta, hasta que vi las cosas que su madre había hecho y cómo esta hija había sido atormentada. Entonces entendí por qué ella se sentiría así.

Al principio de mi carrera en la aplicación de la ley, los agentes de policía más viejos me contaron sobre el triste fenómeno de que las personas se vean obligadas a lastimar a otros debido a cómo fueron tratados y cómo era común en muchas de las llamadas domésticas que manejaban. Esa es la angustiosa realidad cuando se trata con la forma más virulenta de la personalidad emocionalmente inestable. Su comportamiento extremo provoca reacciones extremas: los sanos son conducidos a pensamientos o acciones no saludables. Y si bien estos pensamientos pueden entenderse, hacerse daño a sí mismo u otros nunca puede justificarse, ni es excusable. Estas personas necesitan ayuda tanto como las personas afectadas por ellas.

EL CAMINO DE LA PERSONALIDAD EMOCIONALMENTE INESTABLE

Hay tanta variedad en el comportamiento de las personas con esta personalidad que a menudo son difíciles de detectar o reconocer. Algunos viven en calma, dolor y desesperación. Otros habitualmente buscan discutir o pelear con todos, especialmente con su cónyuge, a quien atormentan, a veces violentamente. Y está la seductora tempestuosa que es sexualmente atractiva pero tan exigente que su apego se convierte en un desvío. Y mucho más en el medio.

Independientemente de cómo se manifieste la inestabilidad, los altibajos emocionales son el sello distintivo. Si bien todos nos sentimos de mal humor, irritables o ansiosos a veces, estas personalidades peligrosas se sienten así con demasiada frecuencia. Pueden tener buenos días, semanas o incluso meses. Pero con el tiempo, su modo principal de reaccionar ante el mundo se evidencia por la inestabilidad emocional y los estallidos mercuriales.

Eso no importaría si vivieran solos en una cabaña en el bosque, pero los efectos generalmente los siente alguien cercano: un padre, hermano, amante, cónyuge, hijo o compañero de trabajo. Y ahí está el problema. La inestabilidad fundamental de esta personalidad desestabiliza a otros emocionalmente, psicológicamente e incluso físicamente. Mientras que los adolescentes pueden estar de mal humor y experimentar con comportamientos riesgosos, los adolescentes hacen la transición fuera de esta etapa. La personalidad emocionalmente inestable es persistentemente inestable con el tiempo, y esto socava las relaciones.

Si bien muchas de estas personas a menudo son conscientes de los problemas dolorosos de su pasado que contribuyen a su comportamiento errático, parecen impotentes ante sus emociones y comportamiento. Incluso a los terapeutas les resulta difícil tratarlos.[3] Intentas comunicarte con ellos lo mejor que puedes, pero nunca es lo suficientemente bueno. La interacción con este tipo de personalidad ha sido descrita como estar en una montaña rusa emocional: eres su héroe un minuto y mastica chicle en la suela de su zapato al siguiente. Muchos en el lado receptor de esta volatilidad me han dicho que siento tanto incredulidad como

desesperación cuando se preguntan: "¿De dónde vino eso?" "¿Era esto realmente necesario?" y "¿Cuándo volverá a suceder?"

El hijo de uno de esos padres aprende rápidamente a evaluar constantemente el estado de ánimo de los padres. "¿Cómo está ella hoy?" se convierte en la consigna susurrada de todos. Me entristece ver qué tan temprano estos niños comienzan a caminar sobre cáscaras de huevo porque saben que fuera de esa habitación, en cualquier mañana, puede caminar un santo o un monstruo empeñado en infligir dolor. Cuando leemos sobre niños que quieren divorciarse de sus padres (y muchos lo han hecho), o que desean una emancipación temprana (antes de los 18 años), a menudo es porque han alcanzado su límite para lidiar con este tipo de personalidad emocionalmente inestable. Estos pasos radicales son todo lo que les queda para su propio bienestar mental; Suficiente es suficiente.

En el trabajo, nos acercamos de puntillas a estas personalidades inestables, como los niños: "¿Tiene el jefe un buen día o grita o tira cosas como ayer?" Las personas literalmente se esconderán en el baño o llamarán a los enfermos para evitar tratar con estas personas volátiles. Su efecto en una organización o negocio puede ser desmoralizante, por lo que cada vez más empresas se vuelven menos tolerantes con la personalidad emocionalmente inestable que actúa en el trabajo.[4] Algunas organizaciones han ido tan lejos como para promulgar lo que se conoce como la regla de Sutton: establecer un ambiente o zona "libre de imbéciles" en el trabajo. Como señala Robert Sutton en su éxito de ventas del New York Times y el Wall Street Journal La regla de no imbécil: construir un lugar de trabajo civilizado y sobrevivir a uno que no lo es, estas personas hacen más daño que bien; es mejor deshacerse de ellos que lastimarlos. tu organización.

Para las personalidades emocionalmente inestables, las relaciones amorosas tienen que ver con la intensidad. Las cosas pueden escalar a argumentos furiosos seguidos, en su insistencia, por "sexo de maquillaje" rabioso. Es asombroso lo rápido que pueden pasar de discusiones viciosas a sexo ardiente. Para la personalidad emocionalmente inestable, esto no es

un problema. Pero para el resto de nosotros, como muchas personas me han informado, la montaña rusa pronto se calma y cuanto más acritud experimentan, menos intimidad desean y menos contacto desean; por lo tanto, la suerte está echada por una relación fallida.

Hipersensible

Estas personalidades a menudo no toman bien las críticas, son muy sensibles a los desaires reales o percibidos, y pueden volverse contra ti cuando se sienten insultados. Son rápidos para sentirse víctimas, por lo que demonizan a los demás de inmediato o los acusan de deslealtad debido a sospechas infundadas. En un caso que me informó uno de mis estudiantes universitarios, una madre condenó al ostracismo a sus tres hijas adultas durante meses porque fueron al cine sin ella. Ella los acusó de "conspirar" para aislarla y de aprovechar la oportunidad para "hablar mal" de ella a sus espaldas sobre cómo los crió. Estos son los roles típicos que desempeñan estas personalidades, que reflejan los altibajos de su estado emocional: son la reina o el rey (que desean ser adorados por todos) o la víctima o el paria ("Nadie quiere jugar conmigo / todos están en contra yo").

Estas tres hermanas se inclinaron hacia atrás para comunicarse con su madre para asegurarle que no querían hacer daño al ir al cine sin ella, todo fue en vano. Se enfurruñó, actuó herida durante semanas y no quiso hablar con ellos. Esto era normal: la hipersensibilidad de la madre a los desaires había estado ocurriendo desde que sus hijas podían recordar. Y ese es el problema. La hipersensibilidad es la configuración predeterminada de esta personalidad, y es agotadora, manipuladora y emocionalmente agotadora.

Pero eso no es lo peor. Las personalidades inestables son perennes "recolectores de heridas".[5] Se acumulan y están constantemente en alerta por desacuerdos sociales, maltrato, incidentes de olvido inadvertido o falsa pasividad para luego desatar recordatorios de ellos, como flechas, para lastimar a otros. Son conocidos por mencionar repetidamente ejemplos del pasado distante, a veces décadas, de cosas que has hecho, olvidado o dicho que, justificadamente o no, los lastimaron de alguna manera. Y

debido a que son tan frágiles, su lista de quejas puede ser bastante larga e insignificante, ya que tienden a nunca perdonar la fragilidad humana en los demás. Son de alguna manera, como el renombrado criminólogo Dr. Leonard Territo lo expresó muy bien, "víctimas en busca de un opresor".

Necesitados y exigentes, sin límites

Decir que son "de alto mantenimiento" es un eufemismo. Las personalidades inestables tienen una necesidad infantil de sentirse especiales. Anhelan ser el centro de atención, ya sea por tener todos los ojos puestos en ellos (piense cómo se comportan las actrices en la alfombra roja) o por tener toda su atención cuando son su cliente, paciente, jefe, amigo o amante. Incluso crearán división entre los demás para que puedan colarse y cooptar su atención. Se dividen para conquistar con la habilidad de un cirujano.

Tienen tanta necesidad de los demás que te adularán o te idolatrarán de forma infantil como el "amante más maravilloso", el "mejor médico", el profesional "más talentoso" o "el amigo más perfecto de todos los tiempos". " Pero si les fallas de alguna manera, te vuelves desinteresado o distraído, o si se cansan de ti, se volverán contra ti y al instante serás demonizado. Es notable lo rápido que pueden pasar a la indiferencia fría, ignorando todo lo positivo que ha sucedido en el pasado y enfocándose solo en sus necesidades, su fracaso singular o un leve percibido, sin importar cuán trivial sea.

A menudo, alienan a las mismas personas que buscan empujando las reglas o límites, volviéndose demasiado curiosos, demasiado exigentes, demasiado personales, demasiado apegados o demasiado necesitados. En casa o en el negocio, si cedes ante ellos, te pisotearán, siempre queriendo más de tu tiempo, tratamiento especial, atención o control de reglas. Rehúse acomodarse y lo acusan de ser indiferente, malo o desleal. En cierto modo, su reacción es similar a cómo reaccionan los niños pequeños cuando de repente gritan: "¡Ya no te amo!" cuando no se salen con la suya.

Para estas personalidades, realmente no hay límites ni convenciones sociales. Porque temen el abandono, cuando se sienten necesitados,

necesitan que ahora. Espere llamadas, correos electrónicos o mensajes de texto sin tener en cuenta su horario, conveniencia, deseos o propiedad comercial. Dios te ayude si consiguen tu número de teléfono celular o la línea directa a tu oficina.

Los médicos me dicen que estas personalidades aparecen sin programar una cita y exigen que se las trate de inmediato. Cuando se les dice que este no es el protocolo adecuado, se indignan y atacan al médico y al personal. Me contaron un caso en el que uno de esos pacientes cerró la puerta tan fuerte que las imágenes se cayeron de la pared frente a pacientes conmocionados. De la adoración al odio humeante en un instante: procedimiento operativo estándar para la personalidad emocionalmente inestable.

Se sabe que algunos siguen, vigilan, leen correspondencia, escuchan las llamadas y se acercan inesperadamente para probar la lealtad y la fidelidad no solo de los amantes y los cónyuges, sino también de sus propios hijos. Se sabe que viajan grandes distancias para seguir a un amante que se ha mudado, o siguen a su amado hacia y desde el trabajo con una diligencia misteriosa y persistente. En esencia, se convierten en acosadores, pero también pueden convertirse en saboteadores.

Se sabe que personalidades emocionalmente inestables cometen actos de vandalismo en automóviles y hogares que pueden llegar a los miles de dólares. A veces, entran a las oficinas para confrontar a los ex amantes, o dejan notas hirientes y amargas en los tableros o en el correo de voz. Ahora con las redes sociales, pueden ser aún más destructivas y difamatorias. Nada está fuera de los límites cuando se despierta esta personalidad. Incluso las leyes no importan.

En abril de 2000, un departamento de policía de la Costa del Golfo de Florida me pidió que ayudara con un caso peculiar. Una mujer a la que llamaré Sheila alegaba que había sido violada tres veces en 5 años, cada vez por un extraño total, mientras se subía a su automóvil. El detective asignado al caso quería que describiera todo el caso, incluida la víctima, ya que tres violaciones en 5 años que le sucedieron a la misma mujer

parecían improbables en una ciudad que estadísticamente tenía pocas violaciones.

La primera pregunta que me hicieron fue una que no pude responder: "¿Estaba mintiendo?" Como le dije al detective, mentir es muy difícil de detectar, pero hay algunas cosas que podemos pedir para ayudarnos a determinar la verdad.

Después de revisar los tres casos, noté que las acusaciones siempre llegaban a fines de julio o principios de agosto. Cada vez, los médicos de la sala de emergencias no pudieron encontrar ningún semen para su examen. Ella había sido específica en sus detalles descriptivos del perpetrador, y cada vez que se emitió un boletín de todos los puntos, lo que provocó la detención de numerosas personas que coincidían con la descripción y el automóvil que se suponía que conducía. Todo sin éxito.

Cuando fue mi turno de hablar con ella, había poco más que podía preguntar, así que le dije: "Vayamos al garaje de la policía, donde puedes demostrar los detalles del encuentro usando tu propio vehículo". Fue aquí donde las cosas comenzaron a desmoronarse. Su historia sonaba creíble cuando se la contaba, pero cuando se le pidió que demostrara dónde estaba en relación con el sospechoso en todo momento, pareció perpleja, contradijo los detalles sobre los que había sido inflexible o la historia no tenía sentido lógico. Por ejemplo, dijo que en un momento el sospechoso, que tenía un cuchillo, la dejó y rodeó el automóvil y abrió la puerta del pasajero. Todo lo que habría tenido que hacer para evadirlo fue presionar el botón de bloqueo.

Cuando le llamaron la atención sobre estas inconsistencias y problemas, comenzó a sollozar y finalmente admitió que todo era una mentira: no había habido violaciones.

¿Por qué haría que una ciudad gastara decenas de miles de dólares en tiempo de investigación o causara la detención, el registro y la entrevista de numerosas personas como posibles sospechosos? Porque era una personalidad emocionalmente inestable, algo que luego se confirmó al hablar con sus compañeros de trabajo, amigos y familiares. En pleno

verano, durante las vacaciones escolares (era maestra), necesitaba atención. Cada vez que llamaba al 911, la policía respondía, al igual que el siempre atento paramédico.ics El defensor de víctimas de la ciudad también sería enviado a su casa, y amigos y familiares se unirían a su alrededor. En la sala de emergencias, recibió aún más atención y se le asignó un detective para trabajar con ella en caso de arresto o enjuiciamiento. Una sola llamada telefónica llamaría la atención y duraría semanas o semanas.

Un consultor clínico le recomendó que la ciudad no la procesara si simplemente renunciaba a su trabajo con el sistema escolar de la ciudad y se mudaba; después de todo, ella podría haber sido procesada por sus falsas acusaciones. Aquí nuevamente hay un ejemplo de lo que sucede cuando se trata de una personalidad emocionalmente inestable, una personalidad que está necesitada y no casada con la verdad.

Manipulativo

Esta personalidad llorará, se enfurecerá, se sentirá culpable, fingirá enfermedad, seducirá, cambiará de lado, cambiará de tema o se involucrará en conductas riesgosas para obtener amor, atención o su propio estilo. "No" para ellos es negociable, especialmente si saben que, con persistencia infantil, "no" se convertirá en "quizás" y eventualmente "sí".

Pueden mentir y confabularse para llamar la atención (como decirle a un novio que están embarazadas cuando no están tratando de mantener una relación moribunda, o afirmar que tuvieron relaciones sexuales con otra persona con la esperanza perversa de obtener una mayor fidelidad) Su capacidad de engañar y manipular es impresionante en alcance y capacidad.

Y cuando se trata de manipular a otros, se puede argumentar que nada funciona tan dramáticamente como la amenaza de suicidio. Estas personalidades pueden ser muy peligrosas para sí mismas, especialmente cuando amenazan con autolesionarse o hacen intentos reales de hacerse daño. Estos episodios pueden ser más frecuentes durante momentos de

angustia, cuando se sienten solos o si sienten que están a punto de ser abandonados.

Siempre es inquietante cuando se hacen amenazas de suicidio, pero lo mejor La forma de manejar tal amenaza es mantener la calma. Su primera reacción debe ser decirle a la persona inestable que llamará al 911 (o la policía, el departamento de bomberos o la ambulancia) y luego lo hará sin dudarlo. Ya sea que la intención suicida sea fingida o real, esto es un asunto de profesionales, y el comportamiento de esta personalidad no te deja otra opción. Esto va más allá de la experiencia de la persona promedio para manejar y debe dejarse en manos de profesionales.

En mi experiencia, una vez que se ha llamado a la policía o al 911, estas personalidades pueden cambiar su comportamiento. O puede descubrir que cuando está a punto de marcar, se alejan de la amenaza. No se equivoque: las amenazas de suicidio o autolesiones siempre deben tomarse en serio. Usted no es un terapeuta, por lo que es mejor dejar esta situación en manos de un profesional, ya que estas personas inestables pueden lastimarse y lo han hecho. Al pedir ayuda profesional, éticamente ha hecho lo correcto y tampoco ha permitido que lo manipulen. No eres un títere y no mereces ser manipulado, no importa cuán enfermo o dolorido pueda estar alguien.

Un hombre con el que hablé en una conferencia dijo que su esposa amenazó con suicidarse o amenazó con lastimarse a sí misma si no se salía con la suya cada vez que tenían una "gran discusión". Según él, ella había amenazado con suicidarse tal vez "dos docenas" de veces o más en el transcurso de su doloroso matrimonio. Nunca pensó en llamar a los servicios de emergencia, cada vez pensó que sería la última vez o no quiso llamar la atención sobre sí mismo y su familia. ¿Sorprendido? No deberías estarlo. Las personas harán lo que tolerarás, y si los involucras o eres benigno o ingenuamente permisivo, como lo fue él, las personalidades emocionalmente inestables presionarán esos botones para controlarte. ¿Por qué? Porque ellos pueden; porque para ellos es muy fácil; porque no ejercen moderación y solo los profesionales calificados pueden ayudarlos, pero solo si están dispuestos a recibir ayuda.

Si no pueden obtener lo que quieren y han agotado la manipulación, algunos matarán lo que no pueden tener. Recuerde, el comportamiento de estos individuos existe en un continuo o espectro. Algunos son desagradables para vivir con, pero otros pueden ser brutales y, bajo ciertas circunstancias, asesinos si no se salen con la suya. Simplemente lea el periódico de cualquier ciudad importante y busque noticias en las cuales la agitación perenne pero creciente en un entorno doméstico conduce previsiblemente a una mayor inestabilidad, mayor agitación, violencia y, con demasiada frecuencia, la muerte.

La trágica muerte en 1998 del comediante Phil Hartman sirve como recordatorio del peligro de vivir con una personalidad emocionalmente inestable. Su esposa, Brynn, le disparó y luego a ella misma. Durante años, sus amigos se habían dado cuenta de su inestabilidad emocional y la confusión que estaba causando en el matrimonio, algo con lo que sus dos hijos sobrevivientes lidiarán para siempre.[6] Lamentablemente, hay muchos ejemplos como este.

Pensamiento irracional, todo o nada

No espere que las personalidades emocionalmente inestables respondan a la lógica cuando están molestas o actuando. Tienden a reaccionar emocionalmente en lugar de lógicamente cuando están estresados o criticados. Su pensamiento es binario: todo o nada, bueno o malo, blanco o negro; No hay sombras de gris. Estás con ellos o contra ellos; amigo o enemigo, y, lamentablemente, eso incluye a los niños.

Pondrán a prueba públicamente tu lealtad frente a otros haciendo preguntas como: “¿Estás conmigo o con ella? ¿De qué lado está usted?" Estos actos manipuladores obvios son molestos y vergonzosos, organizados para poner a prueba tu lealtad como si estuvieras en la escuela primaria. Sí, así de necesitados pueden ser.

Su comportamiento es tan impredecible como su pensamiento. Nunca puedes adivinar lo que harán. Un padre me habló de empacar a la familia en el automóvil para unas vacaciones de 3 días y conducir más de 100 millas cuando su esposa, una personalidad muy inestable emocionalmente,

siguió intensificando un pequeño incidente. Sintiendo que los niños estaban del lado del padre, ella comenzó a atacarlos verbalmente. Lo que vino después sorprendió incluso al que estaba acostumbrado a esto arrebatos. Con ira y rabia en su rostro, ella ladró, "¡Dale la vuelta a este maldito auto o me echaré!" Mientras decía esto, abrió la puerta del auto y se asomó. Los niños estaban gritando y asustados, ya que estaban en la I-95 en dirección a Orlando, conduciendo más de 65 millas por hora. Otras vacaciones arruinadas, niños temblando y llorando, depósitos de hotel perdidos, todo porque se había olvidado de "empacar su bronceador favorito". No hay excusa para este tipo de comportamiento. Ese evento traumático se quedó con esos niños y con él durante años. Los humanos no tienen botones de Borrar, y cuando los niños presencian eventos como este, pagan un precio por vivir con una personalidad emocionalmente inestable.

Algunas personalidades inestables pueden ser crédulos y susceptibles a las modas. Muchos buscan gurús o líderes de culto que puedan proporcionar un sistema de creencias rígido. Las sectas son atractivas para las personalidades inestables debido a la atención que les brindan los miembros de la secta, la aceptación incondicional que reciben, el vínculo grupal que es común y la estructura que se proporciona que parece que no pueden obtener en la sociedad normal. Sin embargo, esta susceptibilidad a los cultos y charlatanes los hace vulnerables a la explotación y, a menudo, lleva a discusiones con familiares o seres queridos que desafían su estilo de vida adoptado, ya que están desperdiciando su tiempo, dinero u oportunidades. Piense por un minuto en el tipo de personas que el líder de la comuna, el criminal habitual y el asesino convicto Charles Manson atrajo y se hizo una idea:[7] "crédulo y susceptible" ni siquiera comienza a cubrirlo.

PALABRAS QUE DESCRIBEN LA PERSONALIDAD EMOCIONALMENTE INESTABLE

Aquí están las palabras sin censura que las víctimas usan para describir la personalidad emocionalmente inestable:

Anormal, seductor, distante, enojado, culo, gilipollas, atómico, seductor, desconcertante, perra, amargo, límite, calamitoso, catastrófico, camaleón,

caótico, pegajoso, frío, quejumbroso, complejo, conflicto, confuso, intrigante, consternación, control, coqueta, loca, espeluznante, crítica, critica, cruel, astuta, peligrosa, engañosa, deshumanizante, abatida, delirante, exigente, denigrante, denigrante, deprimida, depresiva, desesperada, abatida, destructiva, desconectada, desilusionada, desorganizada, inquietante, distante, diva, agotadora, dramática, disfuncional, emocional, vacía, envidiosa, errática, exasperante, excitante, agotadora, explosiva, temerosa, coqueta, coqueta, extraña, aterradora, frustrada, frustrante, histriónica, horrenda, horrible, histérica, desequilibrada, imposible, impulsivo, inapropiado, incompleto, inconsistente, increíble, inestabilidad, intenso, intrincado, irracional, irresponsable, irritable, irritante, lascivo, lascivo, letal, mentiroso, mentiroso, vivo, loca, loco, lujurioso, malévolo, maligno, masoquista, malo, mercurial, miserable, malhumorado, mórbido, desagradable, negativista, negligente, neurótico, loco, nuez, ninfómana, extraño, doloroso, desconcertante, lamentable, pinchazo, problemático, psico, reina, ira, implacable, resentido, arriesgado, sádico, sarcástico, sarcástico, aterrador, intrigante, seductor, seductor, balancín, hirviente, sexual, sexy, de fusión corta, enfermo, repugnante, especial, acosador, tormenta, sofocante, suicida, berrinches, temperamental, tempestuoso, tenso, amenazante, cansador, atormentado, atormentador, desgarrado, tornado, choque de trenes, tumultuoso, turbulento, poco apreciativo, desenfrenado, indiferente, poco confiable, implacable, desagradecido, infeliz, desquiciado, impredecible, irrazonable, poco confiable, inestable, desconfiado, inflexible, vengativo, víctima, vengativo, violento, zorra, volátil, extraño, torbellino, malvado.

Impetuoso, impulsivo, búsqueda de sensaciones

Ya sea para sentirse más vivo o para escapar de sentirse mal, estas personalidades pueden ser imprudentes e impulsivas, decidiendo un capricho para participar en un comportamiento que los pone a ellos u otros en riesgo, diciendo y haciendo cosas que son inapropiadas, ofensivas o seductoras como máximo. tiempos inapropiados Pueden ser percibido como "alborotadores", "problemático", "un bastardo", "un pinchazo", "una

reina del drama" o "fuera de control". A menudo anhelan atención a través de hazañas sexuales.

Cuando la personalidad de la televisión de realidad y la modelo de Playboy Anna Nicole Smith murieron, varios hombres dieron un paso al frente para reclamar la paternidad de su hijo, y parecía que todos habían tenido intimidad con ella. Estas personalidades pueden considerar que el sexo es un elixir formidable, por lo que se involucran en comportamientos sexuales que pueden tener consecuencias peligrosas. Pueden tener decenas de amantes con todas las patologías concomitantes, incluidas enfermedades venéreas, celos, embarazos no deseados y violencia; pero poco calor o amor. La película Buscando al Sr. Goodbar era sobre esa persona. Theresa Dunn, interpretada por Diane Keaton, está crónicamente vacía, usa el sexo para obtener intimidad, pero nunca se siente satisfecha.

Podrían conectarse con "chicos malos" o correr con la multitud equivocada. Esa es la personalidad emocionalmente inestable en su forma más triste. Para un padre, la pérdida emocional de presenciar el malgasto de la vida de un niño adulto o al borde del peligro es horrible. La mujer inestable puede gravitar hacia el depredador que viola la ley: ¿Recuerdas a Bonnie Parker, que se escapó con Clyde Barrow, que juntos formaron el famoso dúo Bonnie y Clyde? Según todos los informes, era una personalidad emocionalmente inestable, y se notaba en su comportamiento, lo que condujo directamente a su trágica muerte.

Si el abuso del alcohol o las drogas se convierte en su método para lidiar con el estrés del mundo, su toma de decisiones se verá aún más sesgada por la dependencia química, y su salud también puede verse comprometida de otras maneras.

Algunos recurren a comportamientos impulsivos, patológicos o destructivos que en la superficie pueden no parecer tan terribles, sin embargo, el robo en serie, la fuga, el juego, los atracones, la conducción imprudente y la bulimia, por nombrar algunos, tienen terribles efectos colaterales en estas personas, sus familias y la sociedad.

Estas personalidades pueden desviarse hacia la búsqueda compulsiva de placer o dolor. comportamientos: para ellos, lamentablemente, estos podrían ser uno y el mismo. No es inusual que algunos se involucren en abusos a sí mismos, como cortarse, presionar cigarrillos encendidos contra su piel, pellizcarse las costras, sacarse el cabello e incluso golpearse la cabeza contra la pared para sentir algo o borrar un sentimiento.

A veces hablan de aburrirse y de sentir un vacío generalizado. Marilyn Monroe a menudo hablaba con sus diversos terapeutas y amigos de este vacío crónico que nadie podía llenar, a pesar de tener muchos admiradores, amantes y esposos.[8] Luego están aquellos que habitualmente buscan agravar a otros o quieren discutir o pelear. Uno siente que en realidad obtienen placer de antagonizar o pelear con otros. Algunos médicos lo han descrito como una necesidad de herir muy patológicamente sádica, junto con una necesidad masoquista de participar en un ciclo de acritud y discordia para que sientan algo. Le pregunté a una de esas personalidades: "¿Por qué lo tratas así?" Su respuesta fue tan reveladora: "Porque", dijo ella, "esa es la única forma en que obtengo un aumento de él". Esa es la única vez que lo veo cobrar vida ". Y ella lo dijo con una sonrisa.

SU EFECTO EN TI

Es fácil dejarse atrapar por la convincente combinación de adoración y necesidad de héroes de esta personalidad. Pero al final, te sentirás agotado mental y emocionalmente por los altibajos, manipulaciones y arrebatos de estas personas. Cuando se sientan deprimidos, los tranquilizará. Cuando su comportamiento arriesgado los mete en problemas, los rescatarás. Cuando los decepciones al no proporcionarles lo que necesitan, serás el blanco de su ira. Cuanto más cerca esté, más probabilidades tendrá de estar en su punto de mira, ya que tienden a atacar a las personas que dicen amar.

Pueden gastar mucho dinero comprando ropa, drogas o sexo de manera asombrosamente rápida o apostando. Si los recogen por conducir debajo del influencia, peleas, posesión de drogas o solicitación sexual, habrá honorarios legales y fianza. Son propensos a engatusarlo para obtener préstamos hasta que puedan "recuperarse". O pueden robar su dinero

para drogarse o buscar otras emociones. Si son ricos, leerás sobre cómo pasaron millones de dólares viviendo. Si no lo son, entonces usted y yo seremos los que los rescatarán.

Las personas involucradas con estas personalidades se sienten constantemente hiperactivas, incapaces de relajarse y disfrutar de los buenos momentos y temiendo los malos momentos. No viven tanto su propia vida como el miedo a los estados de ánimo de estas personalidades. ¿Qué los desencadenará? ¿Estallarán? ¿Golpearán al niño que llega a casa con una mala calificación? ¿Robarán lo que no es de ellos? ¿Coquetearán descaradamente con personas que no deberían? Muchos me han dicho que desde el momento en que se involucraron con una personalidad emocionalmente inestable, tenían que estar en guardia o constantemente preparados para defenderse, sus acciones y, finalmente, su sentido de autoestima.

Cuando vives con alguien así, como suelen informar los familiares, puedes tener síntomas físicos de ansiedad y estrés crónico. Después de un tiempo, refleja las emociones de la montaña rusa de la persona inestable ya que sus límites se rompen repetidamente y todo lo que está haciendo es tratar de mantenerse al día. Resistir las manipulaciones y mantener los límites adecuados son agotadores. Muchos informan problemas de sueño, depresión, se comportan de una manera que nunca antes se habían comportado y discuten como nunca antes.

La ira de esta personalidad puede aumentar de verbal a física: tirar o destruir cosas, golpear o abofetear a otros, o castigar severamente a los niños. Una mujer me contó una vez que su madre solía golpearla con una espátula casi a diario cuando era niña. Luego está el ejecutivo que llegó a casa y descubrió que su esposa había cortado todos sus trajes de negocios con un cortador de cajas por una discusión la noche anterior. ¿O qué tal no solo un plato de espagueti sino una olla entera de salsa arrojada a la pared? Otros informan recuerdos atesorados, regalos o incluso cuchillos que salen volando. Es difícil imaginar cosas como si esto sucediera, pero lo hacen. Y luego están los incidentes donde las armas se disparan con ira. Como cualquier oficial de policía le dirá, las llamadas "domésticas" son peligrosas precisamente porque a menudo las personas involucradas son

emocionalmente inestables y pueden verse más perturbadas por las drogas o el alcohol.

Por ahora, la crueldad de la estrella de cine Joan Crawford hacia su hija adoptiva Christina Crawford es bien conocida. Si no ha leído el libro de Crawford, Mommie Dearest, le recomiendo que eche un vistazo, pero no antes de acostarse, o puede pasar una noche inquieta. Así es la vida con una personalidad emocionalmente inestable.

La inestabilidad de esta personalidad puede infectar a grupos enteros, ya que nadie en la familia, en el equipo o en el trabajo quiere estar en el extremo receptor del vitriolo. Todos caminan sobre cáscaras de huevo, temerosos de decir que no o ser portadores de malas noticias.

Agregue testosterona a la mezcla y tendrá un mayor potencial de peligro y violencia. Con demasiada frecuencia, estos son los hombres que golpean a sus esposas el fin de semana o cuando entran por la puerta principal. Los oficiales de policía están familiarizados con estas llamadas domésticas. Por lo general, se trata de escenarios repetidos con el mismo elenco de personajes: personalidades inestables que escogen peleas, puñetazos, tacleadas, estrangulaciones, asfixia, ataduras o quemaduras de los cónyuges como cuestión de rutina. Los hace sentir de alguna manera bien, ese es el lado sádico de esta personalidad.

¿Asociarse con esta personalidad puede ser mortal? No siempre, pero sí. Recuerde, temen el abandono. Si no pueden tenerte, pueden decidir que nadie más puede hacerlo tampoco. Solo eche un vistazo al caso de Jodi Arias, quien apareció en los titulares durante su juicio en 2013 por matar brutalmente a su ex amante Travis Alexander en 2008, haciendo que el personaje de Glenn Close Alex Forrest en la película de 1987 Fatal Attraction parezca inofensivo.[9] No hay forma de que su víctima, Travis

Alexander, hubiera sido brutalmente asesinada (lo apuñaló varias veces, le cortó la garganta y, en buena medida, le disparó en la cabeza) si no fuera por su asociación con esta personalidad emocionalmente inestable. quien no pudo lidiar con el abandono.[10] Este es un caso que se hizo notorio debido a la cobertura televisiva, pero anualmente en los Estados Unidos,

hay miles de casos en los que la personalidad emocionalmente inestable persigue violentamente a un amante o ex amante, y con demasiada frecuencia termina en lesiones o muerte.

LA PERSONALIDAD EMOCIONALMENTE INESTABLE EN LAS RELACIONES

Al igual que los narcisistas, las personalidades inestables se mueven rápidamente cuando salen, pero mientras los narcisistas lo hacen por el dominio, estas personalidades lo hacen por la estabilidad y la emoción emocional de sentirse adorado. Quieren que esa sensación continúe para siempre y pueden presionar para comprometerse, pero incluso cuando obtienen lo que quieren, persiste un vacío que nadie y nada parecen aliviar.

Pueden ir más allá en sus desesperados esfuerzos por establecer vínculos, coquetear escandalosamente o hacer declaraciones inverosímiles o escandalosas. Un hombre con el que hablé me contó que, a los pocos minutos de conocer a una persona que, como resultó ser, era una personalidad emocionalmente inestable, ella soltó, de la nada: "No tienes idea de lo que significas para mí". " Él elaboró más: “En realidad, ella se demoró allí sosteniendo mi mano casi demasiado tiempo, inclinándose demasiado cerca, avergonzándome frente a los demás, diciéndome cuán 'especial' estaba en sus ojos y que estaría 'soñando conmigo más tarde'. ' Esto fue en una reunión de negocios, no hace falta decir que estaba horrorizado.

No es sorprendente, dada la necesidad de estas personas, cuánto suenan tales declaraciones como las de un estudiante de séptimo grado. Lo sorprendente es la frecuencia con la que las personas caen en él, algo que esta personalidad conoce y explota. Lamentablemente, lo que nadie se da cuenta es que el objeto de este afecto descomunal con el tiempo se sentirá sofocado y luchará desesperadamente por liberarse de esta persona pegajosa.

Al principio, puede haber sexo caliente e idealización, pero con la inevitable caída del alto precipicio, las cosas se convierten en irritabilidad y acritud sin fin. Sin embargo, trata de irte, y la personalidad inestable se vuelve frenética, luchando por mantenerte incluso mientras te ataca y

devalúa. El hecho de que esté en el trabajo no impedirá que esta personalidad irrumpir en su oficina y causar una escena; ni de llamar docenas de veces por hora; ni de rascar la puerta de tu auto en el trabajo; ni de llamar a tu jefe para decirle que eres "una puta" o "un cerdo". Cualquiera que haya vivido esto te dirá que es surrealista: la persona grita, grita y te llama, pero no quiere que te vayas.

Incluso si logras terminar la relación, las personalidades inestables aún quieren que sigas siendo leal. Pueden acecharlo, leer su correo, amenazarlo, golpearlo, ingresar a su casa, revisar sus cosas o confrontar su fecha actual. Nicole Brown Simpson denunció algunas de estas experiencias a la policía durante años, pero poco se hizo hasta que la mataron.[11] OJ Simpson, según Nicole, simplemente no podía dejarla ir; incluso después de su divorcio, él vendría, la amenazaría y la golpearía. Las fotos policiales que muestran su trauma facial atestiguan el lado violento de esta peligrosa personalidad emocionalmente inestable.[12]

Pueden acosarlo a través de sus padres, amigos o redes sociales. Si alguna vez te tomaron u obtuvieron fotos tuyas desnudas o haciendo algo que te compromete, estas imágenes se usarán en tu contra. Si puedes imaginarlo (o incluso si no puedes), lo harán. Una mujer me informó que los novios nuevos encontrarían notas en las ventanas de su auto de su ex novio, diciéndoles que era una "puta y una puta".

Las mujeres involucradas con tales hombres pueden pensar: "Él mejorará" o "Esta será la última vez" o "Puedo arreglarlo".[13] No pueden, y lo más probable es que estos individuos no cambien. Una mujer policía que conozco me dijo que le tomó 3 años romper con alguien como esta que ocasionalmente la golpeaba. Incluso esta profesional de la ley capacitada se encontró emocionalmente atrapado, avergonzado de buscar ayuda, investido en alguien que pensó que podía arreglar. Ella no pudo. Puede sucederle a cualquiera, y repito, nunca mejora a menos que la personalidad inestable haga esfuerzos heroicos para cambiar, y eso rara vez sucede.

Si tiene hijos y está saliendo con este tipo de personalidad, puede estar poniendo no solo a usted sino a sus hijos en riesgo de peligro psicológico y posiblemente físico. Estoy hablando de mi experiencia en la aplicación de la ley cuando digo que la naturaleza misma de las personalidades emocionalmente inestables pone a los niños, especialmente aquellos que no son los suyos, en mayor riesgo de daño psicológico o físico.

Anteriormente mencioné a una mujer cuya madre solía golpearla con una espátula. Después de estas palizas, su madre decía cosas como: “¿Ves lo que me hiciste hacer? Ahora ven aquí y abrázame ". Esta, desafortunadamente, no es la primera vez que escucho sobre este tipo de patología. En respuesta a mis libros y artículos, los niños adultos de todo el mundo me escribieron para contarme cómo sus madres usaban un utensilio de cocina, una escoba o un cinturón viejo para las transgresiones más leves y luego esperaban que el niño consolara a su abusador. No tiene que ser un médico para darse cuenta de lo dañino que es esto.

Si los niños expresan sentirse heridos o molestos, el padre puede despedirlos: "Oh, para, no fue tan malo" o "endurecerse; Lo superarás." Si los niños piden abrazos o atención, este padre absorto en sí mismo puede decir: "No hasta que dejes de ser así" o "¿No ves que estoy ocupado?" Esta respuesta deja al niño con un vacío del tamaño del Gran Cañón que el niño nunca parece superar. Así es como la inestabilidad emocional de un padre reverbera en las próximas generaciones.

Los niños de estas personalidades crecen psicológicamente dañados. Las lecciones de vida que recogen me entristecen al escribir sobre ellas: sofoca tus emociones, ignora tus necesidades, espera lastimarte, nunca digas que no, no hagas olas, no importas, pero sobre todo consuélame. Aprenden a ser secretastive, para ocultar sus sentimientos; o actúan para obtener una reacción; o aprenden a mentir, experimentar con drogas o buscar sin pensar a cualquiera que les preste atención. Pueden convertirse en matones, adoptando la mentalidad preventiva de “lastimarlos antes de que te lastimen” que absorbieron tan bien de su padre inestable. Y están siempre en guardia, como los centinelas, a quienes se les ha enseñado desde una edad temprana a ser temerosos e hipervigilantes, sin saber en

qué estado de ánimo estarán sus padres o cómo reaccionarán los padres. Esta no es forma de crecer.

Imagínese cómo se siente descubrir que los niños de otras familias son amados, mientras que usted simplemente es tolerado o atormentado. No es una sorpresa, entonces, cuando los hijos adultos de la personalidad emocionalmente inestable me escriben diciendo que están divididos entre desear que sus padres estuvieran muertos y temer que suceda, desde entonces tendrían que decidir si asistir o no al evento. funeral y pretenden que les importa cuando no lo hacen. Como una mujer me dijo recientemente: “Todo lo que quería era ser amada. ¿Qué tan difícil es eso? No sabes lo que es no ser amado por una madre. Será un alivio cuando muera.

Si tiene hijos con un padre como este, tiene la responsabilidad de tratar de proporcionarles seguridad y alivio. Lamentablemente, en mi experiencia, la mayoría de los padres no actúan porque no quieren lidiar con la reacción volcánica del padre emocionalmente inestable. Este es un terrible perjuicio para un niño inocente e impotente. Si poner fin a la relación y obtener la custodia de los niños no es una opción, se debe hacer todo lo posible para establecer límites para proteger al niño y brindar oportunidades de alivio (por ejemplo, facilitar todo lo que el niño ama hacer: actividades escolares, pasatiempos, deportes extracurriculares, lectura, música, arte) para mantener al niño alejado del padre tóxico. Pero tengo que ser honesto aquí, quizás más honesto de lo que un terapeuta pueda estar contigo. Las perspectivas a largo plazo son tristes. Protege a tu hijo y escapa, por favor,

ENCUENTROS CON LA PERSONALIDAD EMOCIONALMENTE INESTABLE

A menudo, estas personalidades tienen una apariencia que les permite funcionar en la sociedad, pero no siempre. Se usan muchos eufemismos para describirlos: "Mi vecino está muy irritable", "Mi compañero de cubículo está loco", "Su alteza está teniendo un ataque", "Es propenso a arrebatos", "Hay demasiado drama aquí". Creo que nunca debemos endulzar lo que nos puede hacer daño. A través de su comportamiento, estos individuos confirman que son emocionalmente inestables y tóxicos. A

través de su comportamiento, hacen que otros reaccionen negativamente y crean conflictos interpersonales innecesarios.

Una pista reveladora es cómo las personas en los negocios harán casi cualquier cosa para limitar sus comunicaciones e interacciones con la personalidad emocionalmente inestable. Pronto se corre la voz. La gente dirá cosas como: "¿Está en el equipo / proyecto / comité / asistiendo al evento? Porque si lo es, estoy fuera. Evitarán tener que llamar, hablar, socializar, trabajar o incluso sentarse junto a esta persona tóxica y lo excluirán de las reuniones, eventos y el ciclo de información.

En la película El diablo viste de Prada, un miembro del personal describe a Miranda Priestly, la aterradora editora de una revista de moda, interpretada con una precisión escalofriante por Meryl Streep: "Miranda Priestly es imposible. Siempre lo ha sido, siempre lo será. Tu trabajo no es complacerla. Se trata de sobrevivir a ella.[14] Es una descripción perfecta de la vida con un jefe, entrenador, gerente o líder inestable. Trabajas tus dedos hasta el hueso, pero no hay apreciación. Nadie quiere dar malas noticias o decirle a esta persona que algo no se puede hacer.

A veces, estas personalidades tienen la capacidad de hacer el trabajo y las cosas se ven bien para el mundo exterior, por ejemplo, para la alta gerencia, para un oficial al mando o para los votantes. Pero hable con aquellos que trabajan para ellos o con ellos, y escuchará historias de personas que son masticadas, de cosas crueles que se dicen, de divisiones intencionales sembradas en las filas. Tal vez hacen el trabajo, pero ¿a qué costo? Las pérdidas en la rotación, días de enfermedad, enfermedades, seguros y demandas son considerables.

Si lees los periódicos o las biografías, encontrarás relatos de muchos que se destacan por tener características de la personalidad emocionalmente inestable. Si bien sería fácil hacer juicios instantáneos sobre las personas en función de las cuentas de los medios sobre su comportamiento, esto es algo a lo que debemos resistirnos. Primero, no conocemos la historia completa de cómo se comporta esta persona ni las circunstancias atenuantes de la situación. Por ejemplo, Amy Winehouse, la cantante y compositora que murió trágicamente de intoxicación por alcohol en 2011,

parecía tener una serie de características de la personalidad emocionalmente inestable. Quizás lo era, quizás no; Los detalles completos no están disponibles para la mayoría de nosotros. Entonces, si bien podemos leer o ver cuentas que nos dan pausa o nos alertan,

Segundo, la metodología principal que discutimos en este libro se basa en sus observaciones directas, no en lo que puede leer en los titulares. Entonces, si bien lo que recogemos de los informes de noticias puede darnos una pausa, debemos ser cuidadosos en nuestras evaluaciones. La confusión personal, ya sea en política, entretenimiento o simplemente al lado, sin duda llama nuestra atención, pero nunca podemos saber con certeza si se trata de una personalidad emocionalmente inestable hasta que experimentemos esa personalidad directamente.

Como con la mayoría de las personalidades peligrosas en este libro, el público apenas se da cuenta de la personalidad emocionalmente inestable hasta que la persona hace algo escandaloso, grotesco o criminal. En su mayor parte, las personalidades emocionalmente inestables hacen la mayor parte de su daño en privado, uno a uno a puerta cerrada. Incluso si esas puertas están en 1600 Pennsylvania Avenue, también conocida como la Casa Blanca. La mayoría de la gente no sabe que Mary Todd Lincoln, esposa del presidente Abraham Lincoln, causó muchos problemas en su relación, el gobierno ejecutivo y el gobierno. Casa Blanca con su notable inestabilidad emocional.[15]

Hay, por supuesto, aquellos que los medios parecen rastrear con frecuencia porque están en la industria del entretenimiento, pero en su mayor parte, soportamos la personalidad emocionalmente inestable en privado. Lo que escucho con mayor frecuencia de aquellos involucrados con una personalidad emocionalmente inestable es "sufrí solo".

Sin embargo, cuando veo, escucho o conozco a alguien que viola repetidamente las fronteras sociales, alguien que tiene un fusible corto o es "temperamental", alguien que hace que yo u otros se sientan inferiores o problemáticos, o alguien a quien le gusta discutir y pelear, mi "radar de seguridad" se pone en alerta y busco otras pistas de que este individuo podría ser una personalidad emocionalmente inestable para poder tomar

medidas para protegerme y proteger a mis seres queridos. Por lo que debería.

** Para descargar una versión imprimible, rellene el espacio en blanco de la lista de verificación a continuación, visite http://bit.ly/EmoUnstableList .*

SU LISTA DE VERIFICACIÓN DE PERSONALIDADES PELIGROSAS

Señales de advertencia de la personalidad emocionalmente inestable

Como señalé en la Introducción, desarrollé varias listas de verificación basadas en el comportamiento durante mi carrera para ayudarme a evaluar a las personas para ver si eran personalidades peligrosas. Esta lista de verificación particular lo ayudará a determinar si alguien tiene las características de la personalidad emocionalmente inestable y dónde esa persona cae en un continuo o espectro (irritante y dramático a cáustico y mercurial a amenazante o peligroso). Esto lo ayudará a decidir con mayor precisión cómo tratar con esta persona, determinar su toxicidad y evaluar si puede ser una amenaza para usted u otras personas.

Esta lista de verificación, así como las otras en este libro, fue diseñada para que usted y yo la usemos en la vida cotidiana, personas que no son profesionales o investigadores capacitados en salud mental. No es una herramienta de diagnóstico clínico. Su finalidad es para educar, informar o validar lo que ha presenciado o experimentado.

Lea cada declaración en la lista de verificación cuidadosamente y verifique las declaraciones que correspondan. Se honesto; piensa en lo que has escuchado a un individuo decir o lo que ha visto hacer, o lo que otros te han expresado. Obviamente, la mejor evidencia es lo que usted mismo ha observado y cómo se siente cuando está cerca o interactúa con esta persona.

Marque solo las declaraciones que correspondan. No adivine ni incluya más que cumplir con los criterios exactamente. En caso de duda, déjelo afuera. Algunos elementos parecen repetitivos o parecen superponerse, es decir, intencional, para capturar los matices de comportamiento en función de cómo las personas experimentan o describen estas personalidades.

Es muy importante que complete toda la lista de verificación, tal como está diseñada, para aumentar su confiabilidad. Cada lista de verificación completa cubre temas muy sutiles pero significativos en los que quizás nunca haya pensado. Algunos elementos pueden ayudarlo a recordar eventos que había olvidado. Lea cada declaración, incluso si siente que ha visto lo suficiente o que los primeros elementos no parecen aplicarse.

Los pronombres de género (él, ella, etc.) se usan indistintamente en las declaraciones. Cualquier declaración puede ser aplicable a cualquier género.

Evaluaremos los puntajes cuando haya terminado, pero por ahora, marque cada elemento a continuación que corresponda.

□ 1. Estás constantemente a la defensiva con esta persona.

□ 2. Las exhibiciones de ira y arrebatos intensos son desproporcionadas a las circunstancias o al evento.

□ 3. Desde que conoció o entró en una relación con esta persona, se ha vuelto menos feliz, menos seguro o menos seguro de sí mismo.

□ 4. Las relaciones son una montaña rusa de altibajos.

□ 5. La persona no puede apreciar las consecuencias de sus declaraciones o comportamiento y cómo puede afectar a otros, incluidos los miembros de la familia o la sociedad.

□ 6. Se comporta de maneras que a veces son inapropiadas o escandalosas.

□ 7. Parece desmoronarse bajo estrés con cierta frecuencia.

□ 8. Los argumentos que deberían durar unos minutos pueden continuar durante horas o días sin ningún esfuerzo para mejorarlos o terminarlos.

□ 9. Parece desempeñar el papel de víctima o princesa con regularidad.

□ 10. Odia estar solo y constantemente busca compañía.

□ 11. Ha amenazado con suicidarse.

□ 12. Con frecuencia muestra o expresa sentimientos de pánico, ansiedad, irritabilidad, tristeza o enojo.

□ 13. A menudo siente o ha expresado sensación de vacío; se aburre muy fácilmente, necesita emoción.

□ 14. Se ha observado una ira intensa hacia los miembros de la familia.

□ 15. Hay casos recurrentes de peleas, discusiones o confrontaciones físicas con otros.

□ 16. Los altercados verbales parecen ser una forma de vida para ella.

□ 17. Parece que no puedes relajarte, relajarte o "retirarte" alrededor de esta persona.

□ 18. Esta persona ha mencionado varias veces que alguien o algún grupo lo tiene en su contra y está conspirando contra él.

□ 19. Los compañeros de trabajo la describen como "problemática", "difícil de trabajar", "irritante" o "imposible".

□ 20. Cuando estás cerca de él, te sientes emocionalmente e incluso físicamente agotado.

□ 21. Después de pasar unas horas con ella, sientes como si tu mundo se hubiera vuelto del revés. Puede preguntarse: "¿Qué acaba de pasar?"

□ 22. Los que están más cerca (por ejemplo, usted, familia, hijos, cónyuges) tienen que "verificar" para ver cuál es el "estado de ánimo" actual.

□ 23. Trabaja frenéticamente para evitar el abandono real o imaginario de amantes o amigos.

□ 24. A veces, el comportamiento de esta persona parece teatral o demasiado dramático para las circunstancias.

□ 25. Los argumentos son amargos y feos, llenos de inventiva y maldición.

□ 26. Es excesivamente exigente con los demás en lo que se refiere a favores, tiempo, atención o dinero.

□ 27. Ha arrojado, rasgado o roto objetos por ira o desaprobación.

□ 28. Ha amenazado con suicidarse para evitar el abandono.

□ 29. En lugar de enmendar o cerrar, le gusta revolcarse en discusiones y discursos prolongados.

□ 30. Es descrito por otros como "impredecible", "poco confiable" o "inestable".

□ 31. Los apegos a menudo se hacen de manera demasiado rápida e intensa con alguien nuevo.

□ 32. Le gusta hacerse tatuajes para "sentir algo".

□ 33. Se sabe que busca o alberga quejas durante mucho tiempo.

□ 34. Denigra o critica fácilmente a los demás, causando humillación o vergüenza.

□ 35. Reclama perdonar, pero nunca lo hace: se recuerdan errores o injusticias específicamente para su uso en futuros argumentos.

□ 36. Tiene un fusible corto y el nivel de frustración es muy bajo.

□ 37. Parece incapaz de empatía, cuidado o amor consistentes.

□ 38. No es raro escuchar a la gente decir: "No te enojes, pero... " al comenzar una conversación con esta persona.

□ 39. Hay indicios de que las relaciones son siempre tormentosas.

□ 40. El matrimonio ha sido amargo y lleno de acritud.

□ 41. Parece que siempre se siente atraído por el tipo de persona equivocado (delincuentes, usuarios de drogas, buscadores de emociones o personas irresponsables).

□ 42. No parece importarle si otros están ofendidos por su comportamiento.

□ 43. No es feliz ser ella misma, quiere ser otra persona.

□ 44. Participa en conductas de riesgo o conductas de búsqueda de emociones que son criminales o ponen a otros en riesgo.

□ 45. Es muy sensible a lo que otros dicen y piensan de él; tiende a atacar cuando es criticado.

□ 46. Los cambios en los planes son muy molestos y causan ansiedad o irritabilidad.

□ 47. Se sabe que tiene lesiones autoinfligidas al cortarse, rascarse, morderse, perforarse, quemarse o sacarse el cabello.

□ 48. Si se ignora o no se trata como algo especial, se molesta o se indigna.

□ 49. Actúa como si quisiera ser el centro de atención, no quiere sentirse excluida.

□ 50. No duda en mentir o fabricar si le favorece.

□ 51. Te has sentido reacio a hablar o actuar por miedo a las reacciones de esta persona hacia ti o que puedan lastimarse.

□ 52. Se sabe que orquesta simpatía para llamar la atención (por ejemplo, finge enfermedad o enfermedad).

□ 53. Su sufrimiento, enfermedad o lesiones siempre son peores que las de los demás.

□ 54. Coloca demandas difíciles sobre el tiempo y la atención de los demás.

□ 55. Utiliza la crianza de los demás como una herramienta para atraer la atención y la devoción de ellos.

□ 56. Ha adoptado niños con el propósito específico de asegurar que sean "atendidos cuando sean viejos".

□ 57. No entiende ni practica el amor altruista.

□ 58. Te sientes atrapado por esta persona de alguna manera.

□ 59. Parece que las emociones de esta persona son siempre tan intensas.

□ 60. Se sabe que tiene relaciones interpersonales inestables e intensas.

□ 61. Se ha quejado de sentirse inferior repetidamente.

□ 62. Todo lo que esta persona hace por los demás parece tener un precio o con condiciones.

□ 63. Ha estado deprimido o ansioso por mucho tiempo o episódicamente.

□ 64. Cambia las lealtades rápidamente, dejándote a ti o a tus amigos frustrados y desconcertados.

□ 65. Parece ser muy inseguro e intenta vigorosamente compensar en exceso.

□ 66. Ha admitido haber experimentado o utilizado "todo tipo de drogas", tanto en cantidad como en variedad.

□ 67. Ha informado que está emocionalmente fuera de control, pero no puede explicar por qué.

□ 68. Ha amenazado con hacerse daño o suicidarse simplemente para manipular a otros.

□ 69. Asociarse con esta persona disminuye su autoestima.

□ 70. Teme que alguien se acerque demasiado o evita que la gente se acerque demasiado.

□ 71. Se ha quejado de una enfermedad o afección vaga y persistente que afecta su estado de ánimo o sus niveles de energía.

□ 72. Tiene relaciones que son intensas, pero de corta duración.

□ 73. La autoimagen es aparentemente inestable (no le gusta quién es, cómo se ve o adónde la lleva la vida).

□ 74. Tiene una necesidad abrumadora de ser amado, adorado y cuidado exclusivamente.

□ 75. Afirma sufrir migrañas, fibromialgia, úlceras, colitis, síndrome del intestino irritable o dolores de cabeza frecuentes.

□ 76. Los niños adultos se niegan a tener algo que ver con esta persona.

□ 77. Tiene muchos recursos para culpar a otros cuando las cosas van mal.

□ 78. Convierte cualquier crítica en contracriticismo, incluso si es ilógico o falso.

□ 79. Esta persona está en una lucha de poder constante con usted u otros.

□ 80. Es terco y discutidor, parece que siempre quiere la última palabra.

□ 81. A menudo exhibe una planificación deficiente (no logra, por ejemplo, traer comida o agua o incluso dinero para cuidar a los niños), como si las prioridades fueran un último pensamiento.

□ 82. Fluctúa entre extremos de idealización (amor) y devaluación (odio) de los demás.

□ 83. Parece vivir por el momento: hay poca planificación para el futuro (financieramente o con respecto al trabajo).

□ 84. No parece aprender de relaciones previas o de experiencias de la vida.

□ 85. Desea una relación con una "persona ideal" que será cariñosa, generosa y omnipresente, a su total disposición: es decir, una persona idealizada que no existe.

□ 86. Cuando no se cumple, se decepciona severamente y devalúa a los demás.

□ 87. Es impulsivo ya que se relaciona con una o más áreas como el sexo promiscuo, el gasto sin restricciones, el abuso de sustancias, la conducción imprudente, los atracones, los juegos de azar, el consumo excesivo de alcohol o la toma de riesgos.

□ 88. Incluso después de una reunión corta, esta persona hace que usted u otros se sientan ansiosos, preocupados, enojados o enfurecidos.

□ 89. Está constantemente buscando excusas o consejos dentro de las organizaciones que buscan obtenerla o evitar que sea promovida o reconocida.

□ 90. Intencionalmente busca una relación con alguien que está casado o que ya está en una relación.

□ 91. Las fechas se han quejado de sentirse extraño o de que algo anda mal o es extraño, incluso después de una breve cita.

□ 92. Psicosis o "nueces" es un término que usted u otros han usado para describir a este individuo.

□ 93. Parece caprichoso y temperamental sin causa.

□ 94. Se ha vuelto dramáticamente contra los seres queridos sin una causa razonable.

□ 95. Si está en terapia, se ha vuelto contra el terapeuta, a pesar de haberlo elogiado previamente.

□ 96. Le gusta la vida libre "rápida" o se involucra en un comportamiento irresponsable.

□ 97. No ha cumplido con obligaciones como obtener combustible para calefacción, pagar facturas o pagar impuestos, a pesar de tener dinero.

□ 98. Sus propios hijos parecen ser un inconveniente para ella más que una alegría.

□ 99. Utiliza la humillación como forma de castigo.

□ 100. Ha descuidado a los niños a pasar el rato con amigos, ir de fiesta o ir a beber.

□ 101. Tiene un historial de atraer a demasiados hombres y, a menudo, el tipo equivocado de hombres.

□ 102. Los niños se quejan de ser ignorados, ridiculizados o incluso abusados por ella en casa.

□ 103. Parece emocionalmente distante, incluso cuando trata de estar cerca.

□ 104. Te ha acusado repetidamente de ser la causa de sus problemas o infelicidad.

□ 105. Se siente seguro y feliz con un séquito o un grupo; no le gusta estar solo.

□ 106. Parece que siempre hay tensión (casi todo se toma negativamente) en su vida.

□ 107. Parece temperamentalmente sensible.

□ 108. Le ha exigido que tome partido contra otra persona.

□ 109. Parece inmune a los actos de bondad o generosidad incluso de personas que se preocupan o han tratado de ayudar.

□ 110. Parece hiperactivo a signos de abandono o de perder a alguien.

□ 111. Ha informado ansiedad o depresión en varios momentos en el pasado.

□ 112. Ha acosado repetidamente a alguien o ha acosado repetidamente a alguien de su pasado.

□ 113. Se niega a dejar que las costras en la piel sanen (las pican incluso en público); pincha la piel con objetos afilados cuando está estresado.

□ 114. Aparentemente no puede controlar los estallidos de ira o animosidad.

□ 115. Ha sido diagnosticada como anoréxica o con bulimia nerviosa.

□ 116. Se han usado dos o más términos no clínicos como "horrible", "perra", "psicópata", "imposible", "loco", "loco" o "loco" para describir a esta persona.

□ 117. Se ha unido a un culto o afirma tener un gurú, maestro o entrenador, que ella sigue sin dudar.

□ 118. Sientes que tienes que caminar sobre cáscaras de huevo alrededor de esta persona.

□ 119. Se sabe que padece un trastorno de la personalidad, como el trastorno histriónico de la personalidad, el trastorno límite de la personalidad o el trastorno paranoide de la personalidad, entre otros.

□ 120. Ha golpeado físicamente a un cónyuge o amante en más de una ocasión cuando está enojado.

□ 121. Ha sido diagnosticado como bipolar, maníaco / depresivo o con cambios de humor severos.

□ 122. Ha hablado o ha tomado represalias físicas contra alguien (dejar salir el aire de los neumáticos, rayar la puerta de un automóvil con una llave, enviar correos de odio, etc.).

□ 123. Ha hecho un gran esfuerzo o gasto o ha viajado grandes distancias para seguir, observar o acosar a alguien.

□ 124. En el trabajo, ha mostrado una intensa ira hacia sus compañeros de trabajo.

□ 125. Ha destrozado o destruido la propiedad de un ex compañero de trabajo, amigo, compañero de cuarto, amante o familiar.

PUNTUACIÓN

☑ Cuente cuántas declaraciones se aplican a esta persona según los criterios discutidos al principio de esta lista de verificación.

☑ Si descubre que esta persona tiene de 15 a 35 de estas características, esta es una persona que ocasionalmente tendrá un impacto emocional en los demás y puede ser difícil vivir o trabajar con ella.

☑ Si el puntaje es de 36 a 65, esto indica que el individuo tiene todas las características y se comporta como una personalidad emocionalmente inestable. Esta persona necesita ayuda y causará confusión en la vida de cualquier persona cercana a él o ella.

☑ Si el puntaje es superior a 65, esta persona tiene una preponderancia de las principales características de una personalidad emocionalmente inestable y es un peligro emocional, psicológico, financiero o físico para sí misma o para los demás.

ACCIONES INMEDIATAS

Si está involucrado con una personalidad emocionalmente inestable, tenga en cuenta que estas personas necesitan ayuda de profesionales que sepan cómo tratar con este tipo de personalidad compleja y conflictiva. El proceso puede ser largo, pero pueden ser ayudados por una terapia muy intensa, si están dispuestos a recibir ayuda y con un gran esfuerzo de su parte.

Puedes intentar llegar a ellos, pero puedes ser atacado por tus esfuerzos. Si estar con este tipo de persona ha provocado que estés irritable, molesto, enojado o deprimido, o si te han victimizado por su comportamiento, es posible que necesites asistencia profesional. Estas personas pueden ser tan tóxicas que pueden traumatizar sin ser físicas.

Establezca límites estrictos sobre lo que permitirá. Si bien esto puede desencadenar resistencia al principio, puede establecer cierta estabilidad, aunque solo sea por un tiempo. Si insisten en violar los límites o si lo traumatizan aún más, entonces tiene la confirmación de que están seriamente preocupados y que necesita distanciarse. Nadie espera que seas maltratado o victimizado, incluso por personas emocionalmente inestables. Habiendo dicho eso, si decides continuar asociándote con esta persona, no te sorprendas si los comportamientos continúan, creando confusión en tu vida.

Si la persona en cuestión está considerando, hablando o amenazando con hacerse daño, llame al 911 (o a la policía, el departamento de bomberos o la ambulancia) sin dudarlo, ya que estos son los problemas que mejor manejan los profesionales. Si tiene hijos, recuerde que son indefensos contra esta personalidad y necesitan su protección. Tome medidas para protegerse y proteger a sus seres queridos. Tienes la obligación moral de evitarles a los niños la ira de estas personas. Para estrategias adicionales, vea el Capítulo 6, Defensa personal contra personalidades peligrosas.

CAPÍTULO 3

"NO CONFÍES EN NADIE Y NUNCA TE DAÑARÁN"

EN LA PELÍCULA 1999 American Beauty, el actor Chris Cooper interpreta brillantemente el papel del vecino solitario Coronel Frank Fitts, un marine retirado de los EE. UU. Solo por los no verbales, podemos decir que algo anda mal en esa familia. La esposa de Fitts es casi como un robot, tiene miedo de hablar. Cuando suena el timbre, todos se congelan. Fitts reacciona como siempre lo ha hecho: en lugar de ir a la puerta, interroga a su esposa e hijo sobre quién está allí.

Fitts teme a extraños y vecinos curiosos, encerrando todo en la casa. Para él, el mundo se está desmoronando, y él es uno de los pocos que lo reconoce. Afortunadamente, tiene todas las respuestas sobre qué hacer al respecto. Golpea a gays, extranjeros, negros, incluso a su propio hijo imperfecto. Él desconfía de su familia, cuestionando constantemente su lealtad. No hay risas ni romance en la casa de los Fitts. Han pasado años desde que vinieron amigos. Todo debe hacerse a su manera. Todos se mueven lenta y metódicamente, evitando cualquier cosa que pueda despertar sus sospechas o incitar su ira.

Inflexible, irritable y altamente moralista, Fitts ha hecho la vida miserable para cualquiera que entre en contacto con él, especialmente su familia. Fitts es una personalidad paranoica.

¿Nadie es realmente así, dices? Te equivocarías. Hay millones de personas como esta en un grado u otro. Uno de ellos era mi vecino.

El Sr. "P", mi vecino donde crecí en los suburbios de Miami, rara vez salía de la casa. Cuando lo hizo, fue para gritarles a los niños que jugaban en el vecindario. Estaba retirado y se sentó junto a la ventana vigilando a cualquiera que pasara. Su esposa no tenía amigos y rara vez salía. Le dijimos hola una vez, y él le gritó por saludarnos. Él envenenó a varios animales que se habían extraviado en su propiedad y se jactó de ello como advertencia.

Nunca vi al Sr. P sonreír o reír, no había alegría en él. Una vez, cuando un vendedor vino a nuestra casa con dos maletas llenas de muestras de tela para cortinas, el Sr. P llamó a la policía. No estoy seguro de lo que pensó, pero sé que mi madre tuvo que dejar el trabajo para lidiar con ese inconveniente y muchos más a lo largo de los años.

Los niños del vecindario solo pensaban que era raro. Pensamos que era extraño que a su esposa no se le permitiera hablar con las madres vecinas. Algunos podrían decir que era excéntrico. Lo que la sociedad no nos enseña es que este individuo es una personalidad paranoica. Si lo hubiéramos sabido, podríamos haberle dado el espacio que anhelaba y evitar la humillación repetida que mis padres soportaron al tratar de hacerse amigos de él, solo para ser gruñidos.

Las personalidades paranoicas son consumidas por la desconfianza irracional y el miedo. Sus sospechas no conocen límites. Su pensamiento rígido es impermeable arazona y los hace críticos, sesgados y tensos. Solo ven la nube alrededor del revestimiento plateado. Haz algo bueno por ellos y sospecharán motivos ocultos. Los altruistas, para ellos, son oportunistas con agendas ocultas.

Todos tenemos un sistema de advertencia interno que nos alerta sobre el peligro. Pero con la personalidad paranoica, es como si este sistema estuviese atorado, sonando alarmas sobre usted, yo, vecinos, compañeros de trabajo, grupos étnicos, extranjeros, el gobierno, y así sucesivamente. Su perspectiva sesgada domina su vida y puede dominar a cualquier persona involucrada con ellos.

Cuando doy clases, a menudo pido una muestra de manos de aquellos que conocen a alguien así. Al principio, solo unas pocas manos suben. Pero a medida que enumero los rasgos clave, fácilmente insultado; discutidor; celoso; guarda rencor; cuestiona motivos; desafía las reglas; teme, no le gusta u odia a los que son diferentes: veo las bombillas proverbiales encendidas a medida que más y más manos se levantan. A veces, las personas se ríen o giran los ojos al reconocer a alguien en el trabajo que todos han aprendido a evitar. O cierran los ojos con la mirada pesada de alguien que ha sido gravemente herido.

Incontables veces durante mis años en la aplicación de la ley, nos ocupamos del daño que estas personas infligen. Sin embargo, incluso tendemos a no describirlos o entenderlos adecuadamente. Ese tipo de falla puede tener consecuencias mortales.

Jerry Kane y su hijo Joseph Kane de Little Rock, Arkansas, eran personalidades paranoicas, profundamente desconfiados de los funcionarios del gobierno y la policía, creyendo que la ley no se aplicaba a ellos. Entonces, cuando el oficial Bill Evans y el sargento Brandon Paudert los detuvieron por una infracción de tránsito menor, no se habló. Los Kanes se abrieron con armas automáticas, matando a ambos oficiales. Este evento fue capturado en la cámara del tablero de la policía y todavía se puede ver en YouTube. Si esos oficiales hubieran sabido que no estaban tratando con personas que eran extrañas o excéntricas, sino más bien con personalidades paranoicas que eran virulentamente antigubernamentales y anti-policiales, tal vez estarían vivos hoy.

Mire a su alrededor y verá estas personalidades:

■ El conductor que cree que lo cortaste intencionalmente, por lo que te acompaña con bocinazos, luces intermitentes, gestos groseros y maldiciones. Incluso puede seguirte todo el camino a casa.

■ El hombre que piensa que todos están peleando con su esposa o novia, por lo que en las fiestas él mete la nariz en cada conversación que ella tiene, especialmente con los hombres, y se asegura de que esos hombres no merodeen mucho tiempo.

■ La cita del infierno que te considera simplemente una audiencia para su acto de Mr. Know-It-All, discute todo lo que dices o deja de lado tus ideas (no es sorprendente que descubras que no tiene amigos).

■ El pariente que habitualmente intenta convencerte de algún remedio de pseudociencia o ha encontrado otro gurú que ve el mundo tal como él lo hace.

■ El compañero de trabajo que con frecuencia presenta quejas y luego pregunta por qué otros recibieron promociones o bonos y él no.

■ El demandante que se presenta en las oficinas del gobierno casi semanalmente para despotricar sobre problemas o amenazar con presentar una demanda.

■ El autor anónimo de un acre ataque en línea, acusándolo de tener una agenda oculta y de saber lo que "realmente quiso decir".

■ El vecino solitario que insiste en contarle sobre el nuevo orden mundial o las conspiraciones u organizaciones secretas que controlan el gobierno federal.

■ El ex empleado o ex novio que, enojado por cómo lo han tratado, aparece en la oficina sin avisar y armado.

■ El científico brillante que nadie escucha, por lo que se muda a una cabaña maloliente en Montana donde puede advertirnos de la amenaza de la tecnología enviando bombas (16 en total) a través del correo que mató a 3 e hirió a 23 ("Unabomber" Theodore John "Ted" Kaczynski, PhD).

Estas son más que personas malhumoradas. Son impulsados por el miedo y la desconfianza irracionales. Son de piel delgada e hiperreactiva. Y cuando se cruzan, rechazan o avergüenzan, pueden arremeter y ser extremadamente peligrosos.

Cuando se combina con el narcisismo, la personalidad paranoica impulsa la violencia en todos los niveles: desde criminales hasta líderes de culto y dictadores que viven según sus propias reglas, vilipendian a los demás y aniquilan todo lo que se interpone en su camino. Todo lo que se necesita es un evento desencadenante impredecible y terminas con Christopher Dorner (un ex oficial de policía de Los Ángeles), que era hipersensible, se sentía menospreciado e incapaz de conciliar sus temores, por lo que en 2013 persiguió a sus antiguos empleadores, asesinando dos y oficiales principales en un enfrentamiento que terminó con un tiroteo.

A pesar del peligro que representan, estos individuos son algunos de los menos estudiados y entendidos. Son difíciles de tratar en parte porque no creen que haya nada malo en ellos y cuestionan las intenciones de

cualquiera que intente ayudar. Con demasiada frecuencia están a merced de su patología, y nosotros también.

EL CAMINO DE LA PERSONALIDAD PARANOID

Cada agente especial del FBI que trabaja en tareas de reclamo, como lo hice yo, le dirá que las salas de recepción y las líneas telefónicas del FBI están llenas de estas personalidades. Entran o llaman a la carpa sobre amenazas, enemigos, conspiraciones, cábalas o fallas del gobierno para responder a sus solicitudes.

Recuerdo que a veces sus esposas se sentaban en silencio, con los rostros fruncidos por la agonía de vivir con esta persona, mientras la diatriba continuaba. Otros querían que mediemos porque su pareja (generalmente el esposo) había gastado una fortuna en armas, refugios de emergencia, suministros de alimentos para 2 años y sistemas de purificación de agua. El escritorio de quejas del FBI fue su último recurso después de que los miembros de la familia se rindieron, y, por supuesto, no había dinero para visitar a un psicólogo.

Como no me había dado cuenta de esta patología durante el entrenamiento, desperdicié horas preciosas intentando usar la lógica para persuadir o convencer a estas personas de sus errores, horas que podría haber pasado resolviendo crímenes. Con el tiempo, aprendí a escuchar simplemente, a no dejar las cosas claras ni a presentar pruebas contrarias. Todo lo que la personalidad paranoica quiere es la validación de sus creencias, y eso requiere una cosa: una audiencia flexible.

Las películas y la televisión a menudo retratan la personalidad paranoica como un individuo loco y de ojos salvajes similar al personaje de Jack Torrance interpretado por Jack Nicholson en la película de terror psicológico de 1980 The Shining. Pero eso es Hollywood. La realidad es muy diferente, mucho más matizada.

Algunas personas paranoicas son calladas y reservadas, casi tímidas, pero ven el mundo con una sospecha inquebrantable. Otros son dramáticos, vociferantes, incluso combativos. A menudo suben la temperatura en las conversaciones porque les gusta discutir. Estas

personas pueden presentarse en las manifestaciones y hacer un punto no solo para discutir, sino también para ser vicioso, incluso físico, empujar a otros, bloquear autos, dañar propiedades. Patinan muy cerca de ser inestables; todo lo que se necesita es un gatillo.

Algunos son pesos ligeros mentales, mientras que otros tienen un alto coeficiente intelectual y logros a su nombre. Ted Kaczynski tenía un coeficiente intelectual muy alto y una verdadera habilidad para fabricar bombas y ocultar su origen. Howard Hughes era inteligente y rico, pero muy paranoico, tanto que se escondió en habitaciones de hotel durante los últimos 10 años de su vida, sin permitir que ningún extraño lo viera. Murió aislado del mundo en una habitación de hotel de Las Vegas en 1976. Jimmy Lee Dykes ganó medallas por su servicio en la Marina de los EE. UU., Pero a lo largo de los años asustó repetidamente a sus vecinos en Midland City, Alabama, con sus comportamientos "excéntricos" y amenazantes (por ejemplo, amenazando con disparar a los intrusos, haciendo recorridos armados nocturnos de su propiedad). Los vecinos toleraron de mala gana esta personalidad paranoica, pero todo se deshizo el 29 de enero de 2013. Ese día, Poco antes de que se presentara ante el tribunal acusado de haber amenazado a sus vecinos una vez más, Dykes abordó un autobús escolar, mató al conductor del autobús y tomó como rehén a un niño de 5 años. El niño permaneció cautivo en un búnker subterráneo durante 6 días antes de que un equipo SWAT del FBI rescatara al niño, matando a Dykes en el proceso.[1] ¿Qué impulsó el comportamiento de Kaczynski y Dykes? Simplemente esto: miedo irracional, la esencia de la personalidad paranoica.

En casa o en el trabajo, siempre hay algo de lo que esta personalidad debe sospechar. Tal vez sea un vecino, los hijos del vecino, los aviones que vuelan por encima o las líneas eléctricas que se encuentran cerca de la casa. Buscan espacio, aislamiento y distancia para calmar sus miedos. Lamentablemente, eso no se puede hacer porque la paranoia proviene de ellos.

Algunos se aíslan en una escuela, en el trabajo, en una ciudad o incluso dentro de una familia; se vuelven solitarios. Algunos van un paso más allá y

viven en el desierto (el desierto del suroeste, Idaho, Montana y Alaska son las opciones favoritas) para escapar, evitar a otros o "prepararse" para algún evento apocalíptico. Pueden encontrar refugio en organizaciones que creen como ellos, uniéndose a un grupo o una secta donde no tienen que convencer a otros de sus miedos o creencias excéntricas.

Luego están aquellos que son verdaderamente excéntricos. Pueden vestirse de manera extraña (uniforme de camuflaje militar), llevar un cuchillo grande o vestirse para intimidar u ofender, como cuando usan la esvástica nazi. Naturalmente, otros notan y hablan de su extrañeza. Esto, por supuesto, alimenta su paranoia de la que se habla.

La paranoia de algunos los lleva a los campos de los que odian. Lo escuchan en la radio; asistir a manifestaciones; y use los emblemas, letreros, ropa y tatuajes de odio. Estos son los peligrosos que buscan "verdaderos creyentes" de ideas afines, como nos advirtió Eric Hoffer en su libro histórico sobre movimientos de masas y gobiernos totalitarios.[2] Se unen al KKK, los skinheads, las Naciones Arias y cualquier otro grupo extremista que busca odiar y eliminar a los demás porque el odio y el miedo apasionados le dan un propósito y un significado a una vida que de otra manera no se cumpliría.[3]

O se conectan con otra personalidad paranoica de ideas afines para obtener ayuda para hacer daño. Esto es lo que sucedió con los bombarderos del maratón de Boston 2013: los hermanos Tsarnaev. Del mismo modo, Timothy McVeigh unió fuerzas con Terry Nichols, una personalidad de ideas afines, para volar el edificio federal Alfred P. Murrah en Oklahoma.

Y cuando no pueden encontrar a nadie con quien compadecerse, actúan solos, como Anders Behring Breivik, el extremista de derecha que temía la afluencia de minorías en Noruega, por lo que salió y masacró 77 almas, en su mayoría niños, en Noruega en 2011.[4 4]

El espectro de personalidad paranoica, como puede ver, es amplio y varía desde irritante y desagradable hasta extremadamente inflamable y

peligroso, pero en un grado u otro, estas personas comparten características definitorias.

Hiperespicioso, temeroso, reservado

La sospecha irracional de estas personalidades los impulsa a monitorear constantemente las palabras y acciones de otros para medir la intención maliciosa o malvada. Incluso desaires sociales involuntarios pueden ser vistos como sospechosos. Tienden a ser reservados y no revelan mucho sobre sí mismos. Pueden mentir para proteger sus creencias, su paradero o sus verdaderas intenciones. Incluso en casa, pueden bloquear las cosas lejos de sus cónyuges o miembros de la familia. No es inusual que tengan un casillero o, a veces, una habitación a la que nadie más puede entrar. Como puede ver, aquí es donde el mantenimiento normal de la privacidad y la seguridad se cruza en el reino paranoico, el reino donde ni siquiera los miembros de la familia son confiables.

Es imposible catalogar todas las cosas que la personalidad paranoica puede temer. Podrían ser negros, católicos, judíos, mormones, bautistas, mexicanos, musulmanes, africanos, no angloparlantes; redes eléctricas, torres de telefonía celular, suministro de alimentos, fluoración del agua, vecinos, aviones volando por encima, acentos extranjeros, clínicas de abortos, investigación animal, compañías farmacéuticas, el nuevo orden mundial, cualquiera que lleve una boina azul, europeos, micrófonos, el gobierno, el IRS, no blancos, tecnología, y así sucesivamente. Ah, y no olvidemos al compañero de cubículo, el jefe, el gerente, el departamento de recursos humanos, el sistema informático, la compañía de seguros, el sistema de correo electrónico en el trabajo, o quizás usted. Cada uno de estos individuos tiene su propio miedo, queja o inseguridad particulares. Finalmente, si se asocia o interactúa con la persona el tiempo suficiente,

Algunos desconfían tanto que mantienen listas de las idas y venidas de compañeros de trabajo, vecinos, familiares, extraños o cualquier persona que pase por allí. Ted Kaczynski hizo exactamente eso desde su remota cabaña en Montana. El presidente Richard Nixon, quien tenía muchas de las características de la personalidad paranoica, mantuvo una lista de

enemigos y declaró repetidamente a otros que simplemente no podía "confiar en

nadie".[5]

Opinión, argumentativo, propenso al odio

La adaptabilidad es un sello distintivo de un ser humano sano. Podemos adoptar nuevas ideas y cambiar en respuesta a las circunstancias. Si bien nos mantenemos firmes en ciertas creencias (por ejemplo, puntos de vista religiosos o políticos), reconocemos que otros sienten de manera diferente. No es así para personalidades paranoicas. Piensan que su hipersensibilidad es una forma de visión superior, por lo que no hay lugar para el debate con ellos. La prueba lógica o incluso empírica, para ellos, no tiene sentido. Intenta razonar con ellos y puedes ser visto como un conspirador que trabaja contra ellos, o peor, como un enemigo.

Las personalidades paranoicas seleccionan y distorsionan los hechos y la historia, uniendo eventos e ideas dispares para adaptarlos a sus puntos de vista y justificar sus acciones, por ejemplo, exterminar a los médicos que realizan abortos.[6] Cuando Paul Jennings Hill asesinó a John Britton, MD, y a su amigo James Barrett en 1994 cuando Britton entró en una clínica de abortos para mujeres en Pensacola, Florida, en la mente paranoica de Hill, su asesinato del médico y su amigo (que estaba actuando como su guardaespaldas) fue justificado para salvar a los bebés no nacidos. Tal es la mente de la personalidad paranoica, sesgada, rígida, moralista o inflexible, donde el asesinato está justificado para salvar a los no nacidos.

Esta personalidad tiende a saber mucho sobre muy poco, fijándose en una idea limitada: un pasaje de la Biblia o un tema legal, social o político que puede tener poca o ninguna consecuencia para la mayoría de nosotros. Timothy McVeigh se centró en la militarización de los equipos SWAT de la policía en la década de 1990. No le gustaban sus tácticas de estilo militar dirigidas al solitario Randy Weaver y su familia en Ruby Ridge en el norte de Idaho en 1992. Por sus creencias y por su odio al gobierno federal en general, hizo volar el Edificio Federal Alfred P. Murrah en Oklahoma, matando a 168 inocentes, incluidos niños.[7] Las personalidades

paranoicas no son fanáticas de la lógica o la evidencia empírica. Citarán ejemplos dudosos u oscuros de la historia, trabajos esotéricos, autores desconocidos o incluso diccionarios de leyes para apoyar sus argumentos.

Combine el pensamiento rígido, una ideología fija y una memoria selectiva con miedo irracional y obtendrá el caldo tóxico del odio, no el disgusto que usted o yo podríamos sentir, sino un odio intransigente y deshumanizante.[8] Agregue narcisismo patológico a la mezcla y tendrá personas dispuestas y capaces de actuar sobre su odio con horrible crueldad: entrar a las aulas y calmar a los estudiantes mientras gritan y se encogen de miedo. Esto es exactamente lo que sucedió en Columbine High School (1999), gracias a dos adolescentes paranoicos, Eric Harris y Dylan Klebold, quienes narcisísticamente se veían a sí mismos como especiales y con derecho a quitarles la vida a los demás.

Para muchas de estas personalidades paranoicas, la violencia se convierte en la solución porque nada más logrará sus objetivos fuera de límites o lo hará lo suficientemente rápido para ellos. Entonces obtienes un "pensamiento mágico" que va más o menos así:

Si mato a suficientes científicos, detendré el avance de la tecnología.

- "Unabomber" Ted Kaczynski, quien envió 16 bombas, mató a 3 e hirió a 23

Si exploto un edificio, detendré al FBI y eliminaré los equipos SWAT.

—Timothy McVeigh, bombardero del Edificio Federal Alfred P. Murrah en Oklahoma City, matando a 168 mujeres y niños e hiriendo a cientos

Si dejo una bomba en los Juegos Olímpicos de Atlanta, entonces los abortos en Estados Unidos dejarán de realizarse.

—Eric Rudolph, bombardero del Parque Olímpico, 1996, Atlanta.

Si mato a suficientes estadounidenses, Estados Unidos dejará el Medio Oriente.

—Osama Bin Laden, autor intelectual del ataque del 11 de septiembre en los Estados Unidos que mató a casi 3.000

Si mato a suficientes niños noruegos, entonces seguramente el gobierno reconocerá mis advertencias sobre la amenaza de los musulmanes y los extranjeros que emigran a Noruega.

—Renders Behring Breivik, asesinado 77 (en su mayoría niños) en Noruega

Está claro para todos menos para ellos que sus acciones no tendrán el efecto que desean y que, de hecho, su pensamiento no es solo mágico sino patológico. La violencia no arregla lo que anhelan cambiar, pero tal es el proceso de pensamiento de la personalidad paranoica en el extremo más volátil del espectro.

Colector de heridas, portador de rencor

La personalidad paranoica, al igual que la personalidad emocionalmente inestable, es un "coleccionista de heridas" perenne, solo que más. Cualquier error inocente o percibido incorrecto, no importa cuán involuntario sea, se convierte en una marca negra en su personaje y un indicador de su deslealtad. Ninguna transgresión, incluidas las que no hiciste, será olvidada o perdonada. Una vez que eres el enemigo, la persona paranoica se sentirá justificada al guardar rencor o tomar medidas contra ti, ya sea evitándote, apuñalándote por la espalda, conspirando contra ti, saboteando o destruyendo cosas que te pertenecen o, en algunos casos, matando tú.

La historia está llena de coleccionistas de heridas paranoicas. Osama bin Laden usó los acontecimientos de las Cruzadas en el siglo XI para justificar el asesinato de estadounidenses en 2001. Ted Kaczynski recolectó heridas y quejas de la época de la revolución industrial en el siglo XVIII, mientras que Timothy La insatisfacción de McVeigh con el gobierno federal y la recolección de heridas comenzó solo unos años antes de su bombardeo de un edificio federal de Oklahoma City, durante los eventos en Ruby Ridge (1992) y el asedio de Branch Davidians en Waco, Texas (1993). Para las personalidades paranoicas, la recolección de heridas es una necesidad. Lo

usan para justificar sus acciones, y no hay un estatuto de limitaciones sobre cuán lejos llegarán para recolectar esas heridas ni qué tan amplia será la red que lanzarán.

Esta personalidad tiene un recuerdo fantástico de situaciones adversas, errores históricos y desavenencias sociales. Estas heridas recogidas alimentan su paranoia y justifican su odio y comportamiento. El Mein Kampf de Hitler, si puedes soportar leerlo, es una larga colección de heridas históricas que se centra en los judíos que se remontan 2.000 años a la época de Cristo.

PALABRAS QUE DESCRIBEN LA PERSONALIDAD PARANOID

Estas son las palabras sin censura que las víctimas usan para describir la personalidad paranoica:

Adversario, alarmista, solo, distante, enojado, apocalíptico, aprensivo, armado, excitado, asertivo, barricado, sesgado, fanático, fanfarrón, jactancioso, cauteloso, calculador, insensible, irritante, cuidadoso, cauteloso, circunspecto, frío, combativo, quejica, confundido, confuso, despectivo, contencioso, contrario, monstruo de control, control, agrietado, chiflado, loco, loco, espeluznante, crítico, cruel, crujiente, tonto, defensivo, delirante, exigente, demente, trastornado, difícil, incrédulo, desconfiado, perturbado, dudoso, agotador, seco, excéntrico, envidioso, errático, evasivo, extremista, fanático, temeroso, obsesionado, escama, pastel de frutas, quisquilloso, grandioso, cauteloso, crédulo, obstinado, odia, odia, altivo, oculto, escondido, muy nervioso, hostil, arrogante, hipercrítico, hipersensible, imposible, impresionable, incrédulo, inflexible, inhóspito, herido, insular, intolerante, irascible, irracional, irritable, aislado, celoso, sabelotodo, kook, cerebro cojo, receloso, mentiroso, litigioso, loco, solitario, bribón, loco, loco, loco, maníaco, malo, amenazante, mental, milenialista, desconfiado, movilizado, de mente estrecha, desagradable, neurótico, inconformista, loco, loco, loco, obstinado, obsceno, obsesivo, obsesivo, extraño, ofensivo, obstinado, fuera, sobrecrítico, demasiado sensible, peculiar, desconcertante, perseguido, pesimista, quisquilloso, prejuicioso, espinoso, provocativo, psicópata, pendenciero, quejumbroso, interrogatorio, radical, rebelde, recluso, implacable, repulsivo, rígido,

aterrador, importante, escéptico, ardiente, sobresaltado, rígido, estricto, terco, superviviente, sospechoso, tenso, conciso, irritable, amenazante, conmovido, sensible, traicionero, desencadenante, truculento, "truther", desequilibrado, incrédulo, inflexible, intransigente, inculturado, implacable, poco generoso, poco romántico, inestable, inquebrantable, poco acogedor, mal, inflexible, tenso, víctima, victimizado, vengativo, cauteloso, vigilante, extraño, llorón, retraído, preocupado, fanático.

SU EFECTO EN TI

Trabajar en el escritorio de quejas en el FBI me enseñó cómo las personalidades paranoicas gradualmente alienan a todos a su alrededor, agotando lentamente la buena voluntad, la paciencia y la caridad de los demás.

Recuerdo una visita en particular de una personalidad paranoica y su esposa porque me sorprendió lo triste que se veía cuando pacientemente se sentaba con su esposo mientras él gritaba sobre esto o aquello mientras sacaba recortes de periódicos de una caja de zapatos gastada, haciendo interminables acusaciones contra El gobierno y las Naciones Unidas. No había nada que el FBI o yo pudiéramos hacer por él y sus escandalosas acusaciones, así que después de una hora más o menos se fueron. Más tarde ese día, su esposa llamó desde un teléfono público para disculparse y agradecerme por prestarme un oído. Ella explicó que él se había vuelto así después de la Guerra de Vietnam y que cada año empeoraba. Sus hijos ya no venían, y su obsesión por los errores del gobierno la consumía y, francamente, la abrumaba.

Le dije que no había necesidad de disculparse, pero me pregunté si estaba bien. Su respuesta me sorprendió. "No, no estoy bien", respondió ella, conteniendo las lágrimas. “Hace que mi vida sea un infierno, pero ¿qué puedo hacer? Estoy atascado." Y luego ella colgó. El entrenamiento policial no te prepara para esto. Todavía puedo imaginarla patéticamente sentada allí, escuchando pacientemente otra queja.

Esta es una de las razones por las que decidí incluir la personalidad paranoica en este libro: porque gran parte del daño que esta persona hace

es psicológico. Los miembros de la familia a menudo me expresaron que estaban "emocionalmente descompuestos" como resultado de vivir con una personalidad paranoica. Esas son palabras fuertes con enormes implicaciones.

Seamos claros: las personalidades paranoicas absorberán la alegría de tu vida. Te pondrán tenso, preocupado, irritable y nervioso. Ya ves, debes ver y temer a sus enemigos como lo hacen; de lo contrario, en su opinión, hay algo mal con usted. No puedes relajarte a su alrededor, y si te perciben como desleal, te quitarán su desprecio o ira. Sus deseos y deseos no son motivo de preocupación, ya que aprende rápidamente que tienen una mente de una sola vía o una fijación única.

No estará solo en su incapacidad para abrirse paso o establecer confianza cuando estén en el extremo más virulento del espectro de personalidad paranoica. Nadie puede, ni la familia, ni los terapeutas, ni la policía. Expresarán sus quejas en el trabajo, en vacaciones, en línea, en el mostrador del almuerzo, cada vez que vean una oportunidad. Las conversaciones se convierten en diatribas. Incluso los cumplidos pueden despertar sus sospechas, como el momento en que mi padre le dijo al Sr. P, nuestro vecino, que le gustaba el auto usado que el Sr. P acababa de comprar. Eso hizo que el Sr. P sospechara aún más de mi padre.

Pueden forzarlo a cambiar su forma de vida, haciéndole adaptarse constantemente a ese mundo premonitorio que temen. Cuando discuten en el trabajo y se despiden, es usted quien tiene que intervenir y trabajar horas adicionales para compensar la diferencia en los ingresos. Cuando se vuelven desagradables con los vecinos, tendrá que hacer la reparación de la valla. Tendrás que cambiar tu rutina para acomodar a las personas paranoicas porque tienden a volverse insulares y retraídas, y esperan que usted también lo sea. Por el contrario, en el otro extremo del espectro, pueden volverse difíciles y argumentativos. No importa qué, esperan que creas como ellos y veas el mundo a través de su prisma paranoico, te guste o no. Sus enemigos deben convertirse en tus enemigos.

En casos extremos, pueden llevar a toda su familia a vivir en el medio de la nada, como sucedió cuando la ex Boina Verde Randy Weaver y su esposa

llevaron a su familia a vivir en una cabaña que construyeron en Ruby Ridge, Idaho, en 1992. Estas personalidades pueden buscar un aislamiento extremo, creyendo que algún evento apocalíptico es inminente, uniéndose a las filas de los "preppers" que están preparados para algún evento catastrófico horrendo, a menudo exponiendo a su familia a la privación y al ridículo.

Pueden exponerlo al peligro por razones que nunca podrá comprender. Para mí, las situaciones más tristes ocurren cuando las personalidades paranoicas deciden aislarse con sus hijos dentro de los límites de un culto, como vimos con aquellos que siguieron a Jim Jones a su complejo en Guyana. Exponer a sus hijos a la miseria de una jungla infestada de dengue y los desvaríos paranoicos de un megalómano narcisista no era suficiente. El acto final fue matar a sus propios hijos y a ellos mismos con Kool-Aid con cianuro (18 de noviembre de 1978). Novecientos dieciocho murieron ese día porque ellos —o, en el caso de niños inocentes, sus padres— creyeron.

Al igual que los seguidores de Jim Jones en Guyana, todos los que se asociaron con David Koresh, jefe de la secta Davidian Branch en Waco, Texas, en la década de 1980 y principios de la década de 1990 también estaban en peligro, ya que realmente creía que era divino, que solo él tenía todo el poder. respuestas, y que se acercaba un final apocalíptico. Tanto él como Jim Jones exigieron obediencia ciega e incondicional; cualquiera que estuviera en contra de ellos estaba en peligro. Recuerda, si no estás con ellos, estás en contra de ellos.

LA PERSONALIDAD PARANOIDE EN LAS RELACIONES

Con tanto peligro percibido por todas partes, no esperes una intimidad efusiva de personalidades paranoicas. Es posible que se preocupen por usted a su manera, pero están demasiado preocupados para pensar mucho sobre lo que otros sienten y demasiado cautelosos para compartir plenamente con sus parejas o amigos. Las conversaciones tienden a ser una sola pista, volviendo a su (s) tema (s) favorito (s). No tienen intereses reales aparte de la agenda en la que actualmente están fijos. El resultado son relaciones limitadas y unidimensionales.

Debido a que ven cualquier conflicto como un ataque, no pueden manejar los altibajos normales de las relaciones. Entonces, a menos que tenga ganas de discutir con ellos constantemente, terminará cumpliendo. De hecho, los cónyuges de personalidad agudamente paranoica se vuelven como la esposa del coronel Fitts en American Beauty: autómatas, carentes de emociones, perennemente temerosos de una reacción violenta.

La mayoría de las personas no son conscientes cuando comienzan a salir con una personalidad paranoica de que están siendo evaluadas por su flexibilidad y disposición a aceptar las ideas de esta persona. Esta personalidad avanzará rápidamente en lugar de pasar tiempo tratando de convencer a alguien con una mente escéptica y probablemente seleccionará compañeros que sean receptivos y sin prejuicios, y que no cuestionen. El problema es que muchos de nosotros no reconocemos esto por adelantado porque nadie nos ha advertido sobre la personalidad paranoica, y una vez que estamos comprometidos, puede ser demasiado tarde.

La esposa o novia de la personalidad paranoica a menudo se queja de que su pareja siempre está celosa sin ninguna causa, llamando con frecuencia o visitando el trabajo o el hogar sin previo aviso, no por preocupación, sino para ponerla a prueba. Esta personalidad puede registrar su calendario, libreta de direcciones, registros telefónicos o correos electrónicos en busca de signos de deslealtad o actividades no aprobadas. En un seminario que dirigí sobre personalidades paranoicas en las relaciones, una mujer me dijo que había encontrado evidencia de que su esposo había pagado a un equipo de vigilancia para que la siguiera, y que solo iba a visitar a una amiga en otra ciudad.

Las personalidades paranoicas insistirán en aislarte socialmente, por lo que eventualmente perderás el contacto con familiares y amigos. ¿Por qué? Porque nadie es de confianza. Incluso sus propios familiares se alejarán, cansados de la sospecha y el vitriolo. Lo más probable es que ninguno de sus amigos sea gente con la que quieras pasar mucho tiempo, ya que tienden a atraer a otras personalidades extrañas y excéntricas que se visten, se comportan y creen como lo hacen, nuevamente, otros verdaderos creyentes.

La vida de toda la familia se ve limitada por el mundo circunscrito de la personalidad paranoica, que puede monitorear o controlar la comunicación, por ejemplo, no permitir que los miembros de la familia tengan teléfonos celulares u otros dispositivos, o rastrear las pulsaciones de teclas en las computadoras con un software especial para ver lo que realmente piensas o has estado o para evitar que seas "corrompido" por el mundo exterior. Las citas pueden estar prohibidas, y quedarse hasta tarde, bailar o incluso usar maquillaje puede despertar la ira de la personalidad paranoica moralista.

Una mujer vino al FBI para preguntarle qué podía hacer sobre el hecho de que su esposo ya no quería que los niños fueran a la escuela pública. Incluso ponía marcas de tiza en los neumáticos del automóvil para asegurarse de que el automóvil no se moviera mientras estaba fuera por negocios. ¿Qué dices a eso? Esa es la vida con una personalidad paranoica.

La paranoia se puede inculcar tanto en niños como en adultos. JoAnn McGuckin y su esposo se mudaron con sus siete hijos a la zona rural de Idaho para aislarse del mundo. Después de la muerte del esposo de JoAnn, su hija mayor, Erina, de 19 años, reconoció que las cosas no estaban bien en su hogar, que tenía poca comida, agua corriente y calor, por lo que fue a las autoridades. En consecuencia, JoAnn fue arrestado en junio de 2001 por diversos cargos basados en negligencia y privación de los niños.[9] [9]

Cuando la policía más tarde regresó para llevar a los niños restantes bajo custodia protectora, los niños, en lugar de estar agradecidos de ser liberados de la privación y la miseria, fueron a las estaciones de batalla de acuerdo con la personalidad paranoica. Pusieron más de 20 perros sueltos en los ayudantes del sheriff, gritando: "¡Consigue las armas!" Esos niños luego se atrincheraron contra la policía con armas durante una semana.[10] JoAnn y su esposo habían enseñado a sus hijos a ser paranoicos, a no confiar en nadie. Eventos como este causan a familiares y seres queridos un estrés y una pena terribles, sin mencionar el costo para la ciudad y el condado de movilizar recursos de la policía, emergencias, bomberos, ambulancias y asistencia social durante días y días.

Esto es precisamente lo que sucedió en Waco en el complejo Branch Davidian cuando los agentes de la ley intentaron arrestar a David Koresh. Ese intento se transformó en una amenaza contra aquellos que creían en la divinidad de Koresh. Cuando los agentes del gobierno intentaron rescatar a los niños del interior del complejo, los propios davidianos prendieron fuego a los edificios, inmolando en lugar de permitir la separación del grupo. El asedio duró 51 días y 76 personas murieron, incluidos muchos niños inocentes.[11] Una vez más, la paranoia anuló la sensibilidad de los padres, como en Jonestown.[12]

ENCUENTROS CON LA PERSONALIDAD PARANOID

Como me han dicho varios médicos, usted ve estas personalidades en todas las organizaciones y la mayoría son funcionales, pero dificultan la vida de quienes las rodean.

En la escuela, pueden tener la inteligencia para hacerlo bien, pero no parecen tener éxito ni prosperar, ya que carecen de las habilidades interpersonales para ser un miembro contribuyente de la comunidad. Alejan a los estudiantes y maestros, que no quieren darles recomendaciones, lo que, por supuesto, solo prueba sus sospechas de que otros quieren que fracasen.

A veces, estas personalidades se ven descuidadas o se visten como reclusas u "hombres de la montaña", inapropiadas para la mayoría de los entornos de trabajo. O usan ropa paramilitar y portan armas para parecer amenazantes. O ellos Cultive una apariencia hostil, siniestra y rebelde con tatuajes prominentes, cortes de pelo al estilo Mohawk o cabezas afeitadas.

La mayoría encontrará trabajo, pero siempre sospechan de la administración, de cómo se toman las decisiones, de por qué no son promovidos. Son los descontentos de la oficina, ya sean abiertamente irritantes y desagradables o conspirando en silencio en sus cubículos, a menudo propagando el descontento.

Luego están los saboteadores de oficina. Se aseguran de que las pequeñas cosas no se hagan correctamente, los informes se retrasan, las

entregas se retrasan, los autos se rayan, no se devuelven las llamadas o se pierden las facturas, especialmente si las cosas no salen bien. Por lo tanto, la personalidad paranoica puede usar la agresión pasiva y no tan pasiva para sabotear a quienes los rodean, especialmente a aquellos que consideran enemigos.

Incluso si son funcionales en el trabajo, pueden ser hipercompetitivos, irritantes y contrarios, quejándose y quejándose sin cesar. Si ven a un grupo hablando en voz baja, pensarán que se les está hablando. A veces, se los puede ver murmurando para sí mismos, lo que, por supuesto, los convierte en una rareza. Si escuchan a otros trabajadores hablar un idioma extranjero, un conjunto de habilidades valiosas para cualquier organización, son los primeros en quejarse de que se les habla en secreto.

Con la grandiosidad en la mezcla, pensarán que son más inteligentes que todos, incluido el jefe, y que se les pasa por alto para avanzar. Negociar cualquier cosa con ellos puede ser muy difícil, ya que son tan desconfiados, y son conocidos por discutir con el jefe, albergar sospechas de los motivos de la administración, difundir rumores, cuestionar procedimientos, sospechar favoritismo o entablar demandas frívolas. Pueden embarcarse en interminables campañas de redacción de cartas para expresar sus quejas con los superiores o pueden salir de la organización para someter el escrutinio de los funcionarios públicos.

Cabe señalar que hay empresarios muy exitosos que cumplen con los criterios de una personalidad paranoica. Pero vienen con sus propias peculiaridades y comportamientos extraños consistentes con este tipo de personalidad. Multimillonario Howard Hughes sufría de OCPD (trastorno de personalidad obsesivo compulsivo), pero también era paranoico. Vivía aislado, pensaba que sus teléfonos estaban molestos, y detestaba conocer gente e insistía en tratar solo con unas pocas personas en las que confiaba absolutamente (se llamaban su mafia mormona porque principalmente contrataba a miembros de la Iglesia de Jesucristo de los Últimos). Day Saints para estar cerca de él).[13]

Las empresas pueden transferir a un empleado "problemático" de un departamento a otro pensando que esta es la mejor manera de lidiar con

la personalidad paranoica. No lo es, porque estos individuos serán un problema donde sea que trabajen, y uno debe tener en cuenta que la personalidad paranoica puede ser volátil; simplemente nunca sabemos cuál será ese desencadenante ni cuándo. Incluso los oficiales de policía pueden sorprenderse por la volatilidad de esta personalidad al hacer paradas de tráfico, cumplir órdenes de arresto o responder a disputas domésticas. Si la persona ha estado bebiendo o toma drogas como cocaína, anfetamina o metanfetamina, el potencial de violencia es aún mayor.

Aunque por ahora los términos "tiroteo en la escuela", "empleado descontento", "furia en la carretera" y "volverse postal" son casi clichés, casi nunca están asociados con la personalidad paranoica, pero deberían serlo, ya que la paranoia es lo que más de estos individuos que desatan una ira violenta masiva tienden a tener en común. Los maestros, estudiantes y compañeros de trabajo pueden ver comportamientos que piensan que son extraños o de mal humor, pero no reconocen las señales de advertencia de la personalidad paranoica al borde de la explosión.

Y cuando las personas paranoicas asumen posiciones de liderazgo o gobernanza, el daño que pueden hacer aturde la mente. Algunas de las peores atrocidades de la historia han sido impulsadas por la intransigencia, el miedo y el odio intransigentes de la personalidad paranoica. Joseph Stalin, Adolf Hitler y el dictador camboyano Pol Pot eran todos extremadamente paranoicos. Temían irracionalmente a los enemigos inexistentes y exigían que sus seguidores hicieran lo mismo. El costo en vidas es tan asombroso que las palabras no pueden hacer justicia a sus crímenes. Una vida perdida es una tragedia. ¿Cómo, entonces, caracterizamos la pérdida de más de 30 millones (Stalin), más de 5 millones (Hitler) o más de 1?2 millones (Pol Pot)? - y estas son estimaciones conservadoras. Es insondable. No podemos comprender números tan grandes. Pero si miramos hacia otro lado, si no actuamos, si no llamamos a las cosas como son, fomentamos pasivamente la ignorancia de una verdad fundamental: cuando la personalidad paranoica llega a la cima, se produce el caos.

Al final, el daño más duradero de la paranoia es la inestabilidad que siembra entre las personas. Rasga la confianza, la armonía y la cohesión en las relaciones, en las familias, en las organizaciones, en las comunidades y entre las naciones. Ese es el legado trágico y tóxico de la personalidad patológicamente paranoica.

** Para descargar una versión imprimible y completa en blanco de la lista de verificación a continuación, visite http://bit.ly/ParanoidList .*

SU LISTA DE VERIFICACIÓN DE PERSONALIDADES PELIGROSAS

Señales de advertencia de la personalidad paranoica

Como señalé en la Introducción, desarrollé varias listas de verificación basadas en el comportamiento durante mi carrera para ayudarme a evaluar a las personas para ver si eran personalidades peligrosas. Esta lista de verificación en particular lo ayudará a determinar si alguien tiene las características de la personalidad paranoica y dónde esa persona cae en un continuo o espectro (de mente estrecha, argumentativa y rígida a irritantemente sospechoso y cuestionador hasta muy inestable, volátil, o incluso peligroso). Esto lo ayudará a decidir con mayor precisión cómo tratar con esta persona, determinar su toxicidad y evaluar si puede ser una amenaza para usted u otras personas.

Esta lista de verificación, así como las otras en este libro, fue diseñada para que usted y yo la usemos en la vida cotidiana, personas que no son profesionales o investigadores capacitados en salud mental. No es una herramienta de diagnóstico clínico. Su propósito es educar, informar o validar lo que ha presenciado o experimentado.

Lea cada declaración en la lista de verificación cuidadosamente y verifique las declaraciones que correspondan. Se honesto; piensa en lo que has escuchado a un individuo decir o lo que ha visto hacer, o lo que otros te han expresado. Obviamente, la mejor evidencia es lo que usted mismo ha observado y cómo se siente cuando está cerca o interactúa con esta persona.

Marque solo las declaraciones que correspondan. No adivine ni incluya más que cumplir con los criterios exactamente. En caso de duda, déjelo afuera. Algunos elementos parecen repetitivos o parecen superponerse, es decir, intencional, para capturar los matices de comportamiento en función de cómo las personas experimentan o describen estas personalidades.

Es muy importante que complete toda la lista de verificación, tal como está diseñada, para aumentar su confiabilidad. Cada lista de verificación completa cubre temas muy sutiles pero significativos en los que quizás nunca haya pensado. Algunos elementos pueden ayudarlo a recordar eventos que había olvidado. Lea cada declaración, incluso si siente que ha visto lo suficiente o que los primeros elementos no parecen aplicarse.

Los pronombres de género (él, ella, etc.) se usan indistintamente en las declaraciones. Cualquier declaración puede ser aplicable a cualquier género.

Evaluaremos los puntajes cuando haya terminado, pero por ahora, marque cada elemento a continuación que corresponda.

□ 1. Cree que otros buscan explotarlo o dañarlo de alguna manera.

□ 2. Está preocupado por dudas injustificadas sobre la lealtad de los demás.

□ 3. Es reacio a confiar en los demás, los percibe como engañosos.

□ 4. Teme injustificadamente que otros usen información maliciosa contra ella.

□ 5. Percibe a los demás como degradantes o amenazantes, sin importar cuán benignas sean sus intenciones.

□ 6. Guarda rencor por mucho tiempo y no perdona los desaires, incluso después de muchos años.

□ 7. Es muy sensible a cómo otros lo ven.

□ 8. Tiene reacciones de enojo a desaires menores, parece que siempre tiene un hacha para moler.

□ 9. Con frecuencia cuestiona la fidelidad del cónyuge o los amantes sin causa.

□ 10. Tiene una visión pesimista de la vida o cree que está siendo perseguida.

□ 11. Habitualmente cuestiona las intenciones de los demás, incluidos su cónyuge, relaciones íntimas, familiares o compañeros de trabajo.

□ 12. Sospecha (sin necesidad) de personas, eventos, objetos o cualquier cosa extraña.

□ 13. Se enoja rápidamente o se ha descrito que tiene un fusible muy corto.

□ 14. Es celoso con poca o ninguna justificación.

□ 15. Desconfía de los demás, en particular de los extranjeros o las minorías.

□ 16. Parece tener un alto grado de ansiedad en su vida.

□ 17. Siente la necesidad de ser cauteloso, reservado, desviado e intrigante, o piensa que los demás a su alrededor son así.

□ 18. Es reacio o no está dispuesto a entretener puntos de vista alternativos; fácilmente los despide.

□ 19. Piensa que los chistes tienen significados ocultos que están dirigidos contra ella.

□ 20. Es inflexible en pensamientos e ideas; obstinadamente se aferra a las creencias.

□ 21. Parece saber mucho sobre muy poco, argumentando información arcana de poco interés para los demás.

□ 22. Piensa que es muy lógico, pero de hecho su lógica es a veces defectuosa o sesgada.

□ 23. Argumenta con frecuencia o provoca argumentos con regularidad.

□ 24. Exagera y personaliza las dificultades.

□ 25. Se ve a sí misma como víctima de una o más de estas cosas: vida, sociedad, gobierno, familia, trabajadores, conspiraciones, cábalas, etc.

□ 26. Recoge y se aferra intencionalmente a desavenencias sociales, incidentes de olvido o errores.

□ 27. Tiene fama de hacer una montaña de una colina, siempre pensando lo peor, o soplar cosas fuera de proporción.

□ 28. Tiene incapacidad para relajarse y parece estar constantemente vigilado, casi siempre serio, sin humor.

□ 29. Carece de tierna pasión o suavidad; todo produce tensión y amenaza.

□ 30. Es constantemente hostil, terco o defensivo.

□ 31. Envidia el poder y busca alcanzarlo a través de atajos, trampas o esquemas ilegales.

□ 32. Es incapaz de tener algo bueno que decir sobre los demás.

□ 33. Es reacia a confiar en los demás o revelar cosas sobre sí misma.

□ 34. El espacio es un gran problema, no le gusta si te acercas o te paras demasiado.

□ 35. No le gusta cuando la gente mira su casa o su automóvil y tiende a arremeter contra ellos.

□ 36. Las comunicaciones con demasiada frecuencia están llenas de ira u odio hacia figuras de autoridad.

□ 37. Incluso a una gran distancia, tiene la misma reacción que usted si alguien estuviera demasiado cerca de usted.

□ 38. Usa o muestra adornos, tatuajes, letreros u otros emblemas (por ejemplo, calcomanías) que indican odio o miedo a los demás.

□ 39. Parece estar siempre guardado en cuanto a lo que está haciendo o contemplando.

□ 40. Tiene muy pocos amigos o ninguno.

□ 41. Constantemente busca señales de que otros conspiran o planean algo en su contra.

□ 42. Actúa, se comporta o se le llama excéntrico o extraño.

□ 43. Siente que las instituciones (gobierno, IRS, trabajo, iglesia, escuela, empleador) están tratando de enfermarlo o mantenerlo deprimido.

□ 44. Afirma que las fallas pasadas en el trabajo o en las relaciones han sido culpa de otros.

□ 45. Afirma tener un recuerdo perfecto de los eventos y los usa para argumentar; sin embargo, esos recuerdos a menudo son defectuosos o parciales.

□ 46. Los pensamientos, creencias y prejuicios son rígidos e inflexibles: se vuelven truculentos cuando se los cuestiona.

□ 47. Ha pertenecido o pertenece actualmente a un grupo de odio a una organización intolerante con los demás.

□ 48. Critica la promoción de otros en el trabajo como el trabajo de una conspiración o una conspiración o hecho para castigar o mantenerlo perpetuamente.

□ 49. Tiene una desconfianza generalizada hacia los demás, incluso hacia aquellos que ella conoce.

□ 50. Es excesivamente importante o cree que es infalible.

□ 51. Ha encontrado formas de aislarse de los demás, ya sea en la escuela, en el trabajo o incluso en una gran ciudad, se considera solitario.

□ 52. Cree firmemente que otros eventualmente lo decepcionarán o se aprovecharán de él, por lo que siempre está vigilado.

□ 53. Incluso cuando otros son amables, sospecha que con el tiempo se mostrará su "verdadero rostro" o sentimientos.

□ 54. Se niega a dejar que los niños asistan a la escuela, teme que se vean influenciados o "contaminados" negativamente.

□ 55. Parece tener un nivel implacable de ansiedad o aprensión en su vida.

□ 56. Trata de controlar lo que otros piensan.

□ 57. Tiene un sentimiento ansioso generalizado de fatalidad pendiente, o destrucción, o de que vendrá algún tipo de daño.

□ 58. Parece ver el mundo en general como poco confiable, lleno de engaño.

□ 59. Evita ir al médico debido a la desconfianza hacia los médicos, el equipo médico o la profesión médica en general.

□ 60. Es intolerante con las opiniones de los demás.

□ 61. El cónyuge o la familia se preocupan cuando él sale porque nunca saben si discutirá o causará una escena.

□ 62. Se ha metido repetidamente en discusiones con superiores.

□ 63. Siente que la escuela, el sistema escolar o los maestros lo tienen para él o sus hijos.

□ 64. Parece tener poco respeto por los superiores y piensa en sí misma como mejor que ellos.

□ 65. Presenta diferentes eventos de la historia para señalar cómo las cosas están conspirando contra ella u otros.

□ 66. Prefiere que otros se mantengan a una distancia mayor a la normal cuando hablan con él, y si violan ese espacio, se pone muy ansioso, irritable o enojado.

□ 67. Ha comprado un arma o mantiene un arma cerca porque teme que alguien o un grupo lo persigan.

□ 68. Ha tenido múltiples enfrentamientos con la ley.

□ 69. Desconfía de los extraños incluso cuando los busca.

□ 70. Literalmente califica a las personas según lo confiables que son.

□ 71. Teme a las instituciones, la tecnología, los científicos, los alimentos o alguna otra entidad u organización no especificada.

□ 72. Recopila artículos, recortes, imágenes o números de matrículas de o sobre personas o instituciones que conspiran contra ella o que desconfía.

□ 73. Es un usuario conocido de cocaína, anfetamina, "velocidad" o metanfetamina.

□ 74. Piensa que las llamadas telefónicas son interceptadas o la habitación está llena de micrófonos.

□ 75. Siente que los médicos hacen más daño que bien o desconfía de la medicina moderna o las compañías farmacéuticas.

□ 76. Cree que está por encima de la ley o que es un "ciudadano soberano" y que no tiene que pagar impuestos ni tener una licencia de conducir o una placa de conducir.

□ 77. Tiene la necesidad de controlar a los miembros de la familia muy estrictamente.

□ 78. Se enfurece cuando la gente invade accidentalmente su propiedad.

□ 79. Rutinariamente mete la nariz en los negocios de otras personas, especialmente de los miembros de la familia.

□ 80. Busca controlar las opiniones de los demás, insistiendo en que vean las cosas a su manera.

□ 81. A menudo tiene una mente implacable de una sola pista sobre este o aquel tema.

□ 82. Ha amenazado a un cónyuge u otra persona significativa por revelar información personal sobre él.

□ 83. Realiza lo que él llama simulacros de "emergencia", "reacción inmediata" o "error" como preparación para enfrentar amenazas, los "días finales" o algún otro evento apocalíptico.

□ 84. Prohíbe a los miembros de la familia hablar con extraños, incluso el cartero.

□ 85. Se molesta cuando los miembros de la familia pasan demasiado tiempo hablando con amigos por teléfono.

□ 86. Ha obtenido un arma o ha fabricado un dispositivo explosivo para castigar o vengarse de otros.

□ 87. Es altamente moralista y crítico.

□ 88. Cuando el cónyuge o los hijos regresan a casa, se les pregunta dónde han estado y sobre sus actividades, y se les exige que proporcionen una contabilidad completa de sus actividades.

□ 89. Los teléfonos celulares de los miembros de la familia se examinan periódicamente para ver la actividad telefónica.

□ 90. Ha acechado o colocado un dispositivo de rastreo en el vehículo del cónyuge.

□ 91. Ha llamado a números (remarcados) o ha realizado consultas para determinar quién ha llamado y el propósito de las llamadas.

□ 92. Se niega a dar a los miembros de la familia acceso a teléfonos celulares, computadoras u otros dispositivos electrónicos para que no puedan comunicarse con extraños o para evitar influencias "malas".

□ 93. Se enoja mucho cuando desafía o ridiculiza sus ideas, pensamientos, lógica o ejemplos.

□ 94. Ha llamado a otros tontos e ingenuos por no ver las amenazas que él ve.

□ 95. Ha frenado o restringido las actividades de los miembros de la familia (cónyuge, hijos) para no ser influenciado por extraños, incrédulos o aquellos que piensan de manera diferente.

□ 96. Solo ella tiene una comprensión clara de las amenazas que existen.

□ 97. Tiende a ser exigente y arrogante.

□ 98. Ha sido despedido por discutir con compañeros de trabajo o jefe.

□ 99. Es altamente moralista y ve el mundo como blanco o negro: no hay área gris ni flexibilidad para pensar.

□ 100. Tiende a ser poco romántico, carente de ternura o empatía en sus relaciones interpersonales.

□ 101. Ha sido aprovechado por alguien que supuestamente cree de manera similar.

□ 102. Es desconsiderado con los demás o se considera grosero.

□ 103. Teme que los médicos usen su cuerpo para experimentos o implanten su cuerpo con algún tipo de dispositivo.

□ 104. Continuamente busca el refuerzo de creencias o miedos a través de la lectura, la radio, Internet u otros medios.

□ 105. El cónyuge o los seres queridos a menudo tienen que actuar como amortiguadores con los demás o pedir disculpas por sus acciones o comportamientos.

□ 106. Ha hablado de maneras de asustar a los demás repetidamente o de hacer que otros teman por su seguridad.

□ 107. Ha matado o tratado de envenenar perros o gatos que han cruzado accidentalmente a su propiedad.

□ 108. Con frecuencia se queja a los funcionarios de la ciudad por quejas menores.

□ 109. Percibe a las personas en las relaciones sociales y personales para estar con él o en contra de él.

□ 110. Ha enajenado al menos a un miembro de la familia debido a sus creencias o por la implacable necesidad de discutir, acusar o desafiar.

□ 111. Escribe cartas, correos electrónicos u otras formas de comunicación que siempre atacan algo.

□ 112. Piensa que helicópteros o aviones la siguen.

□ 113. Busca encontrar otras personas que también sean sospechosas y desconfiadas.

□ 114. Ha expresado que "no confía en nadie" sino en sí mismo.

□ 115. No le gustan las personas que están detrás de ella, esto hace que se vuelva irritable, nerviosa o visiblemente incómoda.

□ 116. Prefiere solo la compañía de aquellos que están de acuerdo con sus ideas extrañas, peculiares, extremistas o excéntricas.

□ 117. Nunca parece ser feliz, con demasiada frecuencia está nervioso o irritado.

□ 118. Tiene la apariencia de alguien que siempre está preocupado por algo.

□ 119. Mantiene un lugar secreto en la casa o en el trabajo donde no se permite a nadie.

□ 120. Ha hablado o realmente se mudó al país, lejos de otros, expresando su desconfianza acerca de tener gente cerca.

□ 121. Se ha unido o investigado a un grupo, organización o culto que cree como él.

□ 122. Carece de interés en el arte o la música, excepto en lo que respalda su pensamiento.

□ 123. Rutinariamente practica con armas para asegurarse de que está listo para enfrentar cualquier amenaza.

□ 124. Cuando oye o ve vehículos, se apresura a examinarlos o incluso mantiene una lista de los autos que habitualmente ve que, según él, están vigilando.

□ 125. En realidad, mantiene una lista de enemigos o de aquellos que considera sospechosos.

□ 126. Ha salido por la noche o en momentos extraños para realizar un reconocimiento para ver a los vecinos o alguien a quien considera sospechoso o una amenaza.

□ 127. Parece estar inestable, siempre en movimiento; no puede mantener un trabajo por mucho tiempo.

□ 128. Tiene un miedo constante a un evento catastrófico o apocalíptico importante.

□ 129. Es conocido por otros como quejoso, instigador o descontento.

□ 130. Ha sido rechazado por otros por ser extraño, excéntrico o terco.

PUNTUACIÓN

- Cuente cuántas declaraciones se aplican a esta persona según los criterios discutidos al principio de esta lista de verificación.
- Si descubre que esta persona tiene de 20 a 25 de estas características, esta es una persona que ocasionalmente tendrá un impacto emocional en los demás y puede ser difícil vivir o trabajar con ella.
- Si el puntaje es de 26 a 60, esto indica que el individuo tiene todas las características y se comporta como una personalidad paranoica. Esta persona necesita ayuda y causará confusión en la vida de cualquier persona cercana a él o ella.

- Si el puntaje es superior a 60, esta persona tiene una preponderancia de las principales características de una personalidad paranoica y es un peligro emocional, psicológico, financiero o físico para usted u otros, incluso para sí misma.

ACCIONES INMEDIATAS

Si está involucrado con un individuo como este que cumple con la preponderancia de los criterios para una personalidad paranoica, tiene un camino difícil por delante. Cuando las características de tales individuos son leves, se desgastarán porque cuestionan todo y sospechan y desconfían de los demás, incluido usted. Con el tiempo, pueden volverse aún más sospechosos, más tercos, más decididos y más rígidos en su pensamiento. Ese es un desafío para cualquier relación a largo plazo o para una familia.

Si están en el extremo más extremo o tóxico del espectro, pueden ser muy difíciles, argumentativos, hipersensibles o simplemente peligrosos. El problema es que nadie puede predecir sus reacciones ni lo que provocará ira o violencia de su parte. Lo que sí sabemos es que cuantas más características de paranoia tengan, mayor es su inestabilidad y peligro. Y, por supuesto, pueden convertirse en extremistas radicalizados, trayendo peligro a los demás y a ellos mismos, al igual que Ted Kaczynski "Unabomber".

Tratar de convencerlos, persuadirlos o discutir con ellos generalmente no es productivo y, de hecho, puede ser contraproducente, ya que puede ser visto como el enemigo por no estar de acuerdo con ellos o no ver las cosas con su claridad única o especial.

Intentar conseguirles ayuda profesional tampoco puede ser fácil. No importa dónde se encuentren en el espectro, bajo o alto, no piensan que algo esté mal con ellos, por eso estas personas rara vez buscan ayuda. Eso solo es un obstáculo difícil o imposible de superar.

Puede intentar conseguirles ayuda profesional, si se van, pero tenga mucho cuidado. Debido a que estas personalidades sospechan de los demás y son recolectores perennes de heridas, sus esfuerzos pueden

volverlos en su contra, haciéndolos sospechar más de usted o impulsándolos a la violencia.

En el trabajo, estas personas pueden agravarse porque cuestionan todo. Pueden crear problemas entre colegas e impulsar cuñas en un entorno de trabajo de otro modo colegiado. Francamente, la mayoría de los jefes se cansan de tener que explicar o justificar decisiones o escuchar sus quejas, por lo que las marginan.

No hay duda de que tener una personalidad paranoica en el lugar de trabajo es una responsabilidad, no solo por la división que siembran, sino también por la forma en que pueden arremeter contra los desaires percibidos. Las personas que obtienen un puntaje alto en la lista de verificación de personalidad paranoica deben ser monitoreadas para detectar signos de agresión, especialmente si son reprendidas, advertidas o degradadas, pero particularmente si son despedidas.

En situaciones donde el cónyuge de un empleado tiene todas las características de la personalidad paranoica, también existe el peligro de que una disputa doméstica, los celos o la idea paranoica expongan a las personas en el trabajo a un peligro que se originó en el hogar. Cuando leí acerca de un ex marido que venía al lugar de trabajo de su ex esposa para dispararle a ella y a todos los demás a la vista, tengo que preguntarme, una vez más, si este fue el trabajo de una personalidad paranoica extremadamente problemática.

Si se encuentra en una industria contra la cual los activistas han amenazado o ha sido blanco de extremistas (clínica de aborto, investigación médica, industria química, investigación animal, industria maderera, construcción, energía atómica, producción de carbón, red eléctrica, plásticos, por nombrar unos pocos), puede convertirse en el foco de una personalidad paranoica; así, el potencial de peligro o violencia es mucho mayor.

Se debe tener cuidado al tratar con la personalidad paranoica en el hogar o en el trabajo, especialmente si hay indicios de que el individuo tiene antecedentes de violencia o uso de armas. Ya que no podemos

predecir qué será desencadenar el comportamiento violento de alguien, todo lo que podemos hacer es mirar los comportamientos pasados, donde residen en la Lista de verificación de personalidades peligrosas, si ha habido factores estresantes recientes (divorcio, ruptura de relaciones, degradaciones, pérdida de empleo, aumento del consumo de drogas o alcohol, etc.), y la presencia de armas en la vida de la persona. Si todas estas cosas están presentes, es una mezcla muy peligrosa. Solo recuerde la historia de Jimmy Lee Dykes mencionada anteriormente: las experiencias de sus vecinos, el asesinato de un conductor de autobús, el secuestro de un niño de un autobús escolar, el encerrarse con el niño en su búnker, todo porque esta personalidad paranoica recibió una citación.

Si bien la historia está repleta de ejemplos de aquellos que se ajustan a los criterios de la personalidad paranoica que hizo un gran daño, la mayoría del daño que estas personas hacen es a nivel interpersonal en el hogar o en el trabajo. Sin embargo, tenemos la responsabilidad de advertir a los demás si hemos confirmado que esta persona tiene la mayoría de las características de una personalidad paranoica: podemos ahorrarles mucho dolor y agonía.

Si se encuentra con estas personas, reconozca cuáles son en primer lugar. No intentes discutir o convencerlos. Si parecen peligrosos de alguna manera, o si le piden ayuda para cometer actos peligrosos o criminales, la mejor acción es escapar y advertir a los demás si es posible.

Si su comportamiento se vuelve demasiado difícil de soportar, si es demasiado exigente o demasiado deshumanizante (esto sucede mucho en los cultos) o si agotan la felicidad de su vida, aléjese. No tienes que sufrir innecesariamente. Si decides quedarte, ahora has sido advertido de lo que puedes esperar, así que no te sorprendas si las cosas no mejoran. No termines como la esposa del coronel Frank Fitts en la película American Beauty o, en realidad, como la esposa de mi vecino en Miami: vacía, resignada, sin alegría.

Pero tenga cuidado, porque si estos individuos se autoaislan, lo aíslan, se convencen de que no quedan alternativas o se radicalizan, pueden

volverse extremadamente violentos. Para estrategias adicionales, vea el Capítulo 6, Defensa personal contra personalidades peligrosas.

CAPÍTULO 4
"LO QUE ES MÍO ES MÍO Y LO QUE ES TUYO ES MÍO"

LOS OJOS FIJOS EN LOS MÍOS no parpadeaban, eran reptiles y estaban completamente tranquilos. Cuando le devolví la mirada, escuché un leve traqueteo que me habló del peligro.

No estaba cerca de una serpiente. Era un joven oficial de policía en la década de 1970, parado en un pasillo donde acababa de arrestar a un ladrón que había activado una alarma. Él obedeció mis órdenes y pude esposarlo sin incidentes. Pero no me da vergüenza decir que, aunque mido 6 pies 1 y el sospechoso estaba asegurado, mientras me miraba, me estremecí. Había algo en esa mirada que era diferente a cualquiera que haya visto antes. Los sonidos que escuché fueron las balas traqueteando en mi revólver de servicio cuando mi cerebro y mi cuerpo reconocieron instintivamente que estaba en presencia de un depredador humano. Cuando revisé su historial criminal en la oficina, todo estaba allí: este hombre era un convicto recientemente liberado que era un criminal endurecido con un largo historial de robos, robos y asaltos.

Puedes contarle a alguien sobre el mal; puedes hacer películas de terror; Puedes escribir sobre personalidades peligrosas. Pero hasta que estés en presencia del mal, realmente no lo sabes, no a un nivel psicológico profundo. Eso fue lo que experimenté ese día. Fue una lección que nunca olvidé. Mi cerebro subconsciente me estaba advirtiendo que este no era un criminal promedio. Fue una lección que luego aprendí a apreciar: el efecto que los depredadores tienen sobre nosotros en un nivel subconsciente.

En algún momento de la vida, todos los que lean este libro se encontrarán con alguien así: una persona a la que no le molesta ser arrestado o cometer un delito, que no parece preocuparse por el sufrimiento que causa a los demás. De todas las personalidades peligrosas, el depredador causa el mayor daño. Según el reconocido psicólogo e investigador de psicopatía Robert Hare, PhD, hay millones de estas personas por ahí.[2] Es por eso que hay muchas razones para pensar que has estado, estás o estarás en contacto con alguien en algún momento de tu vida.

Los depredadores realmente tienen un solo objetivo: la explotación. Hacen lo que no podemos imaginar, fácil y repetidamente. Viven para saquear, robar, victimizar o destruir. Si bien la mayoría de nosotros construimos nuestras vidas en torno a las relaciones y los logros, los depredadores se centran en las oportunidades de usar personas, lugares y situaciones para su propio beneficio. Esta configuración predeterminada gobierna gran parte de su comportamiento.

Estas personas no piensan como nosotros. Nos preocupamos por los demás. Fingen que les importa o simplemente no. Nos vemos como iguales. Nos ven como oportunidades o como obstáculos para satisfacer sus necesidades. Si necesitan un automóvil, roban uno. Si necesitan sexo, te violan. Si necesitan dinero, van a por la cuenta bancaria de sus abuelos. Si sobrevives a una de estas personas, una parte de ti aún muere, ya sea confianza, autoestima, dignidad o fe en los demás.

Nuestra naturaleza de confianza nos pone en desventaja con estas personalidades, ya que no tienen restricciones emocionales, conciencia, moral, leyes, o ética. Para ellos, la vida no tiene señales de alto. Las reglas, regulaciones, restricciones, cerraduras o cercas son simples inconvenientes para evitar. Y debido a que usted y yo cumplimos con las reglas, nos ven como tontos, perdedores u objetos de desprecio, dignos de devaluación, burla, abuso y tal vez eliminación.

Por lo tanto, mientras nos comprometemos en un trabajo honesto para tener éxito, los depredadores miden su éxito por lo bien que nos han explotado. Exquisitamente hábiles para detectar debilidades, se dirigen a

los vulnerables, los heridos, los que luchan, los crédulos, los susceptibles, los jóvenes o aquellos que no pueden defenderse. Luego se lanzan, a veces con sutileza, otras veces con ferocidad salvaje.

Solo por cómo alguien se mueve o incluso se ve, el depredador sabe a quién apuntar. Seleccionan al peatón útil que puede ser atraído hacia un automóvil para dar instrucciones, el comprador cargado de paquetes pesados, el niño demasiado confiado en un extraño adulto, el adolescente solitario tomando un atajo, la ingenua pareja de ancianos, el propietario que voluntariamente la abre puerta. Todo esto lo pueden hacer sin pensarlo; Es como un software que se ejecuta constantemente en segundo plano, buscando oportunidades y debilidades.

Saben a qué salas de chat ingresar para atraer a su hijo a su control sin entrar en su casa. Saben cómo estafar a Medicare y Medicaid, lo que nos cuesta miles de millones en fraude. Saben qué bancos son más fáciles de robar y qué tiendas son fáciles de robar. Saben cómo esconderse en organizaciones prestigiosas, tal vez un hospital, una organización benéfica, un departamento de policía, una escuela, un programa de atletismo o una iglesia, conscientes de que la legitimidad laboral confiere acceso y cobertura para su depredación.

Los depredadores como Ted Bundy, John Wayne Gacy y Jeffrey Dahmer se destacan por su notoriedad como asesinos en serie, pero esos monstruos son solo una parte muy pequeña de la imagen.

Cada violador, proxeneta, pedófilo, traficante de seres humanos y mafioso en serie es un depredador. También lo son aquellos que se dirigen a los ancianos o niños por abuso. Sobre algunos leemos; algunos son tan famosos o notorios que son inmóviles Tallado en libros y en el cine. El ladrón de bancos Jesse James, Butch Cassidy, Jack el Destripador, John Dillinger, Al Capone, Pablo Escobar, Ian Brady, James "Whitey" Bulger Jr. y el "Dapper Don" John Gotti son todos depredadores. La única diferencia es su preferencia particular por la explotación o el comportamiento criminal.

Si bien las cárceles están llenas de estas personas, muchas más caminan por las calles. No tienes que ser asesinado o violado para ser severamente

dañado por los depredadores. Golpean a sus cónyuges, abusan de los pacientes, aterrorizan a los empleados, malversan dinero, se aprovechan de los cargos públicos corruptos y fieles o, como jefes de estado, exterminan a su propia gente. Llevan maletines, computadoras portátiles, mochilas, Biblias, balones de fútbol y bebés. Pero también llevan cuchillos, pistolas, machetes, picahielos, veneno y cuerdas. Pueden ser su jefe, su líder religioso, su compañero de cubos, su asesor financiero, el consejero del campamento de su hijo, el cuidador de su madre, su niñera, la próxima persona que reciba en su habitación o su vecino de al lado.

George J. Trepal, miembro de la sociedad de alto coeficiente intelectual Mensa y químico entrenado, no apreciaba a su vecina Peggy Carr ni a sus hijos, quienes, como la mayoría de los niños, hacían ruido cuando jugaban afuera. Entonces, en 1988, envenenó a Peggy con fría indiferencia y casi mató a sus hijos al colocar talio en botellas de Coca-Cola mientras estaban fuera. Para un depredador, aparentemente, esta es una solución rápida legítima a un problema.

En 1978, cerca de Quartzite, Arizona, John Lyons detuvo el automóvil familiar para ayudar a los automovilistas varados Gary Tison y Randy Greenawalt. Recompensaron su buena generosidad samaritana matándolo a él y a su familia. ¿Por qué? Al igual que Trepal, necesitaban una solución rápida y eficiente para su problema; después de todo, acababan de escapar de la prisión y no querían ser encontrados.

Los pacientes del Dr. Harold Shipman en Hyde, Inglaterra, pensaron que estaban en un lugar seguro en el hospital, el mejor lugar para estar si está gravemente enfermo, pero no si usted fuera uno de los pacientes del Dr. Shipman. Entre 1971 y 1998, mató a más de 200 de sus pacientes, enriqueciéndose al tomarsus joyas y dinero o nombrándose fraudulentamente en sus testamentos.

Durante 2 décadas, se pensó que Tim y Waneta Hoyt eran una pareja desafortunada cuyos hijos habían muerto por el síndrome de muerte súbita infantil (SMSL), hasta que los investigadores observaron de cerca y descubrieron que Waneta los estaba matando intencionalmente uno por uno.[3] Esos niños, como los pacientes del Dr. Shipman, estaban en un lugar

seguro, pero no con una persona segura, sino con un depredador. Murieron simplemente porque ella no quería lidiar con su llanto, por lo que los sofocó, uno a la vez, generalmente unos meses después de su nacimiento.

Como podemos ver, no es la ubicación (vecindario, autopista, hospital u hogar) lo que nos hace seguros, sino si hay un depredador al acecho cerca. Es la presencia o el acceso de estas personas a usted y su insensibilidad insensible lo que aumenta su riesgo de ser víctima. El resultado: si alguien será atormentado o víctima; vivir o morir, depende de ellos.

Esta fue una lección aprendida por la verdadera escritora de crímenes Ann Rule, quien trabajó en una línea directa de crisis en la década de 1970 y luego escribió un libro fascinante sobre trabajar junto a alguien que resultó ser un depredador, y no cualquier depredador, sino el infame asesino en serie Ted Bundy. La única razón por la que vivió para escribir The Stranger Beside Me es que no la atacó.

Cuando piense en los depredadores, imagine un huracán o un tornado, una fuerza masiva que puede dejar atrás un campo de escombros gigante de sufrimiento humano. Por cada persona que este individuo perjudica directamente, muchos sufren daños indirectos: cada pariente, cónyuge, hijo y amigo de cada víctima sufre. Los niños abusados por un depredador pueden convertirse en adultos traumatizados o abusadores, y otras generaciones pueden seguirlo. La familia y los amigos del depredador pueden sufrir vergüenza pública, desprecio o dificultades financieras. La esposa de Bernard Madoff ha sido ridiculizada, escupida y condenada al ostracismo como resultado de su condena por estafar a miles de millones de inversores. Dos años después del arresto de Madoff, su hijo Mark se ahorcó: no podía vivir con el "tormento" de lo que su padre había hecho y cómo podría estar implicado. [44]

Mira cuántos han perdido su fe en la Iglesia Católica debido al escándalo masivo de los depredadores sexuales envueltos en vestimentas. Los barrios perseguidos por los depredadores se convierten en zonas de peligro donde las personas tienen que encerrarse en sus propios hogares debido a asaltos, robos y robos. La ciudad de Nueva York es considerablemente más

segura ahora que cuando estaba estacionado allí a principios de la década de 1980 porque el alcalde Rudolph Giuliani y el Departamento de Policía de la ciudad de Nueva York comenzaron a atacar a los depredadores en todos los niveles. Una vez que se eliminaron los depredadores, incluso aquellos involucrados en delitos de calidad de vida, como mendigos agresivos o graffiti, ciudadanos honestos tomaron las calles.

Me gustaría poder decir que no hay un depredador en tu presente o futuro, pero es probable que exista o exista. Pero con un poco de conocimiento, tiene una mejor oportunidad de identificar a estas personalidades peligrosas que determinan cruelmente nuestro futuro sin nuestro consentimiento. Digo esto no para asustarte, sino para hacerte consciente, porque ciertamente son conscientes de ti. La supervivencia significa saber cómo son y cómo se comportan para que podamos evitarlos.

EL CAMINO DEL DEPREDADOR

Los depredadores pueden tener matices y ser difíciles de detectar si no sabes qué buscar. Pueden ser inteligentes, amigables, atractivos, tranquilos, solitarios, delincuentes o cualquier otra característica. Tener éxito, tener amigos u ocupar un puesto de estatus no impide que alguien sea un depredador, una lección que la facultad de Penn State, atletas, ex alumnos y estudiantes aprendieron de las múltiples condenas de Jerry Sandusky por abusar sexualmente de niños, y que los amigos de Bernie Madoff y sus colegas aprendieron siguiendo su colosal esquema de estafa.

Estas personas son constantemente calculadoras, manipuladoras y agresivamente depredador. Cuando lees acerca de alguien que planeó y ejecutó meticulosamente un crimen, que acechó y vigiló a su víctima, que ha estado cometiendo actos criminales durante mucho tiempo, que viajó distancias para lograr un esfuerzo ilícito, o que ha construido elaborados esquemas de Ponzi, eres leyendo sobre depredadores. De manera similar, cuando escuchas de alguien que siempre tiene problemas con la ley, es un delincuente sexual en serie, un reincidente o alguien que está planeando engañar a otros de su dinero, estás escuchando acerca de un depredador.

Espere que los depredadores cambien de trabajo con frecuencia, cambien planes, no paguen préstamos, arruinen o terminen relaciones, decepcionen o se aprovechen de otros y eludan sus responsabilidades. Espere que infrinjan las leyes, traicionen la confianza, tomen lo que no es suyo y dejen a otros dolidos, victimizados, mutilados o incluso muertos. Esperar algo. No leas este capítulo y pienses que alguien así mejorará o no te hará daño. Sabemos que harán daño. Lo que no podemos predecir es a quién o a qué se dirigirán.

Los depredadores a menudo tienen un conocimiento superficial de muchos temas, que utilizan para impresionar o atrapar a sus víctimas. Les encanta controlar a las personas como títeres: encantan a los niños con juguetes y dulces, atraen a las mujeres para que se reúnan en línea, hacen que las niñas o los niños los "ayuden" o manipulan a las personas para que se separen de su dinero. Son expertos en lograr que otros tengan confianza en ellos, por eso los llamamos estafadores.

Al igual que las otras personalidades peligrosas en este libro, el comportamiento del depredador existe en un continuo o espectro. Algunos comienzan y permanecen en el extremo inferior: hacen cosas arriesgadas, tal vez infringen las reglas y regulaciones habitualmente. Pueden ser engañosos en sus tratos con otros. O pueden estar en problemas frecuentes con la ley por delitos menores.

Luego están aquellos que son tan patológicos, tan fuera de la escala, que no hay nada que no intenten o hagan, siempre que les agrade. John Edward Robinson es un hombre renacentista, por así decirlo; un verdadero emprendedor de la depredación: un estafador convicto, malversador, falsificador, secuestrador y un sádico serial asesino, condenado en Kansas en 2003 por tres asesinatos. Se le considera el primer asesino en serie que usa Internet para atraer a sus víctimas para que pueda matarlas sadomasoquísticamente. Es un ejemplo del depredador extremo: una especie de polímato y una personalidad verdaderamente peligrosa.

Estos son los depredadores extremos que leemos o escuchamos, pero en su mayor parte, los depredadores pasan desapercibidos porque tienen éxito en lo que hacen o simplemente porque no se los denuncia. Pero no

importa dónde se encuentren en el continuo o en la escala, bajo o alto, un rasgo que comparten con nosotros es que pueden aprender de sus errores y experiencias y envalentonarse para hacer aún más. Un ejemplo de esto es Julián (he cambiado su nombre), cuyo comportamiento pude rastrear porque su madre era amiga de mi familia.

Julián comenzó, por lo que podemos ver, tomando dinero de sus padres incluso antes de ser un adolescente. Con el tiempo, las cantidades se hicieron más grandes y los robos más frecuentes. Sus padres se enfrentarían a él, se disculparía y repetiría el comportamiento cada vez con un poco más de habilidad. Para evitar la atención de sus padres, comenzó a robar a sus amigos y compañeros de juego, así como a sus padres.

A medida que Julián crecía, robaba botellas de vino y vodka. Los medicamentos recetados nunca parecieron durar, desaparecieron por completo, y al menos una vez fueron reemplazados por aspirina. Las acusaciones de robo siempre se encontraron con negaciones cada vez más inteligentes. Es cierto que sus padres ignoraron sus actos, aceptaron demasiado sus negaciones, aceptaron sus explicaciones o simplemente no quisieron ser acusadores; por su propia cuenta, creían que superaría estos comportamientos.

Julián tuvo problemas con la policía una vez que aprendió a conducir. El auto fue arañado y abollado repetidamente. Un día, llegó a casa sin un guardabarros. Aproximadamente una hora después, apareció la policía. Hubo un accidente de golpe y fuga con heridas. Por supuesto, Julián lo negó. Ese sería su primer delito grave. Habría otros, pero siempre parecían estar comprometidos con delitos menores.

A los 21 años, Julián había dominado cómo extraer dinero de la cuenta bancaria de sus padres utilizando cheques falsos o el cajero automático. Continuó robando cantidades cada vez mayores, y a medida que sus padres crecieron, fueron menos desafiantes y de alguna manera más permisivos, o tal vez fueron agotados por un hijo que era un depredador, un ladrón, un mentiroso, un estafador, un consumidor de drogas y un peligro para ellos y para la sociedad.

La gota que colmó el vaso llegó cuando Julián robó el auto de su padre y lo vendió por partes. Así. Esa misma semana, tomó el último dinero que tenían en la casa, alegando que debe haber sido "comido por roedores", ya que estaba escondido en las vigas. Mis padres me dicen que el padre de Julián estaba física y psicológicamente atormentado y deprimido por todo esto y unos meses más tarde murió un hombre "roto". Me dijeron que, en el funeral, Julián quería saber si podía tener el reloj de su padre para poder empeñarlo y si "quedaba dinero en el testamento".

¿Dónde termina esta historia? Aquí no. Julián pudo obligar a su madre a darle acceso a su cuenta de jubilación restante y la limpió. A principios de los setenta, se vio obligada a volver al trabajo, sin ahorros para la jubilación y sin casa (eso tuvo que ser ejecutado), ya que había "otras cosas" que él había hecho.

Habla sobre un campo de escombros de sufrimiento humano. Julián no ha matado a nadie directamente que yo sepa, pero el sufrimiento que ha causado es significativo para al menos una familia. Ha sido investigado muchas veces, pero siempre escapa al castigo. Ha cambiado sus actos criminales con el tiempo, pero el resultado es siempre el mismo: Miente, engaña y roba con encanto o vive parasitariamente del duro trabajo de los demás. Si te encuentras con él, él te sonreirá. ¿Y por qué no? Otros han sacrificado sus vidas por él. Quizás tú también lo hagas.

Entonces, si bien los depredadores pueden diferir en alcance, escala y detalles, todos comparten algunos puntos en común: toman, pero no dan, ponen a otros en riesgo, son insensibles y despectivos, y carecen de preocupación por los demás, incluso por los seres queridos.

Sin empatía, sin remordimiento, sin conciencia

Mire un video de Dennis Rader, el asesino en serie BTK ("atar, torturar, matar"), y escúchelo hablar sobre cómo mató a sus víctimas. Lo que notará es lo que los psicólogos llaman su afecto plano. Esa calidad fría y práctica de las palabras y la expresión se ve en algunos depredadores, incluso al contar sus horribles crímenes.

Los depredadores no sienten emoción de la manera normal. No entienden el sufrimiento de los demás. La empatía está más allá de ellos. Sus emociones suelen ser superficiales o artificiales y egoístas. Como muestra el ejemplo de Julián, pueden victimizar a las personas que los aman, protegen y les dan. Nuestra inocencia o desgracia es su oportunidad. Un divorciado infeliz o una viuda afligida es un boleto de comida. Un niño confiado o desatendido es un juguete sexual para atraerlo con comida y baratijas. Los turistas e inmigrantes son blancos fáciles para el robo o el dinero de protección. Cualquier persona que sea ingenua o que tenga dificultades lleva un cartel de "úsame". Un desastre natural es una excusa para establecer sitios de donación falsos. La lista es interminable.

Estas personalidades saben lo correcto de lo incorrecto y saben qué es el mal, pero lo hacen de todos modos. Caso en cuestión: el austriaco Josef Fritzl colocó a su hija de 18 años en su sótano, donde la encarceló durante 24 años, la violó más de 3.000 veces, tuvo siete hijos y nunca la llevó a ella ni a los niños al médico. Según los informes, le dijo a un psiquiatra: "Simplemente tengo una mala racha".[5] Josef Fritzl sabía que lo que estaba haciendo estaba mal, y tenía más de 8,000 días para detener sus actos malvados.[6] Simplemente eligió no hacerlo.

Si los depredadores sienten culpa, es transitorio y no inhibidor: no los detendrá, porque no aprenden del sufrimiento que causan, no tienen remordimiento. Sentir culpa requiere aceptar la responsabilidad de las propias acciones. Pero los depredadores viven para aprovechar, no para tomar responsabilidad, prefiriendo culpar a su educación, malos jefes, mala suerte, pornografía, o cualquier cosa o alguien para liberarse, incluso la víctima. Jodi Arias culpó a su novio por llevarla a acosarlo, llamarlo habitualmente, buscarlo, apuñalarlo repetidamente, dispararle y casi cortarle la cabeza. Simplemente no podría ser porque es una depredadora inestable y egoísta que no podría enfrentar el abandono. No, tenía que ser, como suele ser el caso con los depredadores, culpa de la víctima. Afortunadamente, el jurado no le compró sus mentiras.

Frío, insensible, calculador, controlador

Los depredadores son fríamente indiferentes. Es por eso que los comparamos con los reptiles y por qué tan a menudo en el juicio parecen insensibles a las emociones, en marcado contraste con la afligida familia de la víctima. El famoso asesino en serie Henry Lee Lucas lo captó de esta manera: “Matar a alguien es como caminar al aire libre. Si quisiera una víctima, simplemente iría a buscarla”. Solo los depredadores piensan de esta manera.

Para ellos, la vida es un juego de "¿con cuánto me puedo escapar?" Entonces conspiran y engañan. En la década de 1970, John Wayne Gacy estuvo involucrado en la política de la comunidad y se vistió como "Pogo the Clown" para entretener a los niños del vecindario no lejos de Chicago, pero también sedujo astutamente a los niños en su casa para poder matarlos sadomasoquísticamente. Suplicarían por sus vidas, y él los exterminaría cruelmente.7 7.

Harold Shipman, el médico muy querido y respetado en Hyde, Inglaterra, mencionado anteriormente, ocultó su depredación durante décadas, genial como un pepino. Para su propio beneficio financiero, estaba matando cruelmente a quienes más necesitaban su ayuda. Fue solo cuando murieron muchos de sus pacientes que se supo la verdad; de lo contrario, habría seguido adelante. Su actividad criminal no lo afectaba en lo más mínimo; de hecho, se estaba volviendo casi irritante al respecto.

Por necesidad, entonces, el depredador vive por la mentira calculada. Mientras usamos palabras para comunicarnos, ellas usan palabras para manipular, obligar y confabular. Conocen las frases de cortesía, persuasión, seducción, atractivo y disculpa como un artesano conoce sus herramientas o el músico que ella conoce. Notas Las promesas de nunca hacer trampa, robar o golpear de nuevo están vacías. Su palabra no tiene valor, pero muchos de nosotros, incluso profesionales como los oficiales de la ley y los jueces, somos engañados por ellos, convencidos por la convención social para darles otra oportunidad. Esta es una razón por la cual las tasas de reincidencia son tan altas; los depredadores mienten para salir de la prisión prometiendo comportarse, y luego vuelven a cometer crímenes.

Jack Henry Abbott, encarcelado por falsificación y por apuñalar a un compañero de prisión hasta la muerte, se convirtió en el favorito de la escritura glitterati cuando escribió sobre sus experiencias al ser encarcelado (In the Belly of the Beast: Letters from Prison). Persuadió al aclamado escritor Norman Mailer para que argumentara por su liberación anticipada. La junta de libertad condicional fue convencida por los alegatos de Mailer y accedió. Seis semanas después de su libertad condicional, Abbott apuñaló a un hombre en un café porque, como dijo más tarde, el hombre "lo miró" por demasiado tiempo. Todos los que habían abogado por la pronta liberación de Abbott se sorprendieron de que alguien tan hábil con las palabras también pudiera matar. No deberían haberlo sido.

Las palabras junto con los actos de bondad pueden ser muy atractivas. Jerry Sandusky usó esta combinación y una sonrisa siempre lista para atrapar a sus víctimas. Pero cuando estaba forzando su pene dentro del ano de los niños (sí, esa es la realidad de lo que este venerado entrenador / depredador les hizo a sus víctimas), lo hizo con insensible desprecio por la santidad de esos niños.

Los depredadores también conocen las palabras que intimidan. Una palabra de los notorios matones John Gotti o James "Whitey" Bulger Jr. fue suficiente para que las personas les pagaran dinero de protección o fueran asesinados. Mientras estaba en el FBI, entrevisté a un tipo "hecho" para la mafia, y él relató que, para obtener dinero de protección, simplemente tendrían una "conversación" con el dueño de una tienda; de lo contrario, "quién sabe", los caros escaparates podrían romperse de la noche a la mañana. Estos pequeños chats no son solo las cosas del programa de televisión The Sopranos, sino que alimentan una industria de extorsión multimillonaria.

Incluso desde el corredor de la muerte, Ted Bundy manipuló a los investigadores sosteniendo en revelar los nombres de todas sus víctimas. Solo unas horas antes de la ejecución, lanzó el nombre de uno más como una estratagema para un aplazamiento (no se dio ningún aplazamiento; había jugado lo suficiente con el sistema de justicia). El nombre de la víctima que identificó fue Sue Curtis, la joven que mencioné en la

Introducción que fue secuestrada en la Universidad Brigham Young mientras estaba de servicio esa trágica noche.

El asesino en serie Clifford Robert Olson Jr. manipuló al gobierno canadiense para que le pagara $ 10, 000 por víctima a cambio de identificarlos y dónde los había enterrado. Su esposa recibió $ 100, 000 como resultado de su cooperación. Fue lo suficientemente amable como para lanzar a la undécima víctima gratis.[8] Qué caballero.

Uno de los depredadores más notorios de la historia fue Hermann Göring, mariscal de campo y el segundo miembro de mayor rango del partido nazi. Göring había ayudado a establecer la Gestapo, y cuando no estaba ocupado bombardeando Londres, estaba robando obras de arte y otras propiedades de los judíos enviados a su muerte. Después de que terminó la Segunda Guerra Mundial, mientras estaba bajo custodia de los poderes aliados y en espera de juicio por el tribunal de Nuremberg por crímenes de guerra, manipuló repetidamente a sus captores estadounidenses. A cambio de favores, firmaba autógrafos o se tomaba una foto. Lo más odioso fue que manipuló al menos a uno de sus captores estadounidenses para que recuperara de su equipaje personal un frasco de veneno que luego usó para suicidarse antes de que su sentencia (muerte por ahorcamiento) pudiera llevarse a cabo, negando así al tribunal y a millones de víctimas debida justicia. [9-9]

Pero esto no se trata solo de tirar de cuerdas o manipular a otros. Es peor. Para muchos depredadores, se trata de la capacidad divina de tener poder sobre los demás, lo que puede ser intoxicante. Ted Bundy habló sobre sentirse omnipotente, poder decidir quién viviría o moriría. Israel Keyes, que escondió "kits de asesinatos" en todo el país llenos de armas y suministros para facilitar sus crímenes y que las autoridades creen que pueden haber matado a hasta 11 víctimas desde Alaska hasta Vermont entre 2001 y 2012, prefirió estrangular su víctimas con las manos desnudas para que pudiera disfrutar viéndolos sufrir mientras morían de cerca, cara a cara, en su autodenominado papel como árbitro final de su vida.[10]

Pero su frialdad se ejemplifica mejor con Charles Ng, quien, en una cinta de video en algún momento de la década de 1980, se puede ver atormentando a una de las mujeres que él y Leonard Lake mataron en una mazmorra casera diciéndole: "Puedes llorar y esas cosas, como el resto de ellos, pero no servirá de nada. Somos bonitas, ja, ja, insensibles, por así decirlo”.[11]

Muchos impulsos, pocos controles, sin reflexión

Si bien a estas personalidades les gusta controlar a los demás, ellas mismas no tienen controles morales o éticos y también pueden ser tomadores de riesgos impulsivos y aventureros. Clyde Chestnut Barrow, de la fama de Bonnie y Clyde, era así: un imprudente buscador de emociones que se convirtió en un ladrón de bancos y un asesino. Muchos ladrones de bancos modernos y ladrones de tiendas en serie exhiben esa falta de controles, al igual que los asaltantes callejeros. Existe la emoción del acto, junto con la atractiva recompensa material, la definición misma de un buen día para un depredador.

Para muchos depredadores, actuar por impulso parece dominar sus vidas, incluso cuando eso significa poner en peligro a ellos mismos o a otras personas. Por ejemplo, Nushawn Williams fue condenado por infectar a sabiendas e intencionalmente al menos a 13 mujeres con el virus del VIH. Un criminal de carrera también acusado de violación, según los tribunales, puso en peligro intencionalmente la vida de los demás con la misma seguridad que si se les pusiera un arma en la cabeza y jugara a la ruleta rusa. Del mismo modo, Anthony E. Whitfield, según su propio abogado, era una "máquina sexual" adicta a la metanfetamina que rebotaba entre las mujeres en busca de refugio, dinero y sexo ". Infectó a 17 mujeres con el virus del VIH antes de ser atrapado, sin disculpas ni remordimientos, aparentemente fuera de control.

Al igual que los narcisistas, los depredadores pueden ser muy reactivos a la menor provocación o insulto percibido. A menudo carecen de cualquier tipo de inhibición o autocontrol. En prisión, los depredadores evitarán incluso mirarse el uno al otro, sabiendo perfectamente que una

mirada agresiva en el pasillo es suficiente para provocar un altercado o una retribución letal.

Mientras escribo esto, recuerdo la interpretación memorable de Joe Pesci de Tommy DeVito en la película Goodfellas: temperamental, hipersensible a los desaires, implacable y sin conciencia. ¿Solo en el cine, dices? No, hay personas reales así. Richard Leonard "The Iceman" Kuklinski tenía mal genio y no tomó prisioneros cuando se trataba de insultos. Es por eso que la mafia lo contrató como asesino a sueldo. Les dijo a las autoridades después de su arresto que perdió la cuenta de cuántos había asesinado; quizás hubo hasta 200 víctimas. Primero mató y luego hizo preguntas. Las acciones de la vida real de los depredadores son a menudo peores que sus representaciones de películas. En este caso, Kuklinski avergonzó al ficticio Tommy DeVito.

Los depredadores con frecuencia abusan del alcohol y otras sustancias ilegales, lo que los hace más inestables, menos inhibidos y más peligrosos. O usan alcohol y drogas para disminuir intencionalmente sus propias inhibiciones o para seducir a otros. Examiné numerosos casos mientras estaba en el FBI de padrastros o incluso padres que usaban alcohol o drogas contra mujeres menores de edad, incluidas sus propias hijas, para violarlas. Se sabía que John Wayne Gacy usaba el alcohol para hacer que sus víctimas fueran más flexibles, especialmente justo antes de que las violara y las matara sádicamente.

Si bien los depredadores a menudo son impulsados por impulsos o dicen que no pueden evitarlo, no hay excusa para lo que hacen. Si realizan algún tipo de autoevaluación, es para perfeccionar sus métodos de depredación. Nunca esperes que reflexionen introspectivamente sobre cómo cambiar para mejor. No lo harán.

SU EFECTO EN TI

Espere que los depredadores alteren su vida y descarrilen sus sueños o aspiraciones, ya que son lo primero y no les gusta que las personas se interpongan en su camino. Inicialmente puede encontrarlos inteligentes, encantadores e interesantes, pero cuando descubres lo que han hecho, o

cuándo te atacan, lo que puede suceder en cualquier momento, la conmoción y el dolor son indescriptibles.

Te agotarán porque siempre debes estar en guardia, ocultando lo que atesoras, tratando de no enemistarte o luchando por sobrevivir. Pueden atormentarte o desgastarte fácilmente, es su elección. ¿Te acuerdas del padre de Julián?

Eleanor, una mujer muy agradable que solía ver ocasionalmente en las conferencias de perfil criminal, había estado en guardia contra su hijo durante años, sin éxito. La última vez que escuché de ella, ella me dijo que su "hijo bueno para nada", de 40 años y residente, había tomado todo su dinero. Estaba cansada de intentar, como decía, estar siempre "un paso por delante de ese chico". Su hijo, el depredador que había albergado y sostenido de la bondad de su corazón, la había llevado a la bancarrota. A los 60 años, esta enfermera casi jubilada tuvo que tomar dos trabajos para cumplir con sus obligaciones financieras, y ya no tiene fe ni afecto por su hijo.

Algunos depredadores harán que familiares y amigos consigan un préstamo o inviertan en algo que no tiene futuro ni perspectivas. Simplemente no les importan las dificultades que causan o el dinero que puede perder, siempre que no sea de ellos. Pregúntele a un fiador de la fianza cuántos casos sabe de dónde uno de estos delincuentes profesionales se saltó una fianza y dejó a la familia empobrecida después de conseguir que pusieran en libertad bajo fianza decenas de miles de dólares, o incluso el título de sus hogares. Es asombroso.

Estas personalidades peligrosas no piensan en ponerlo en peligro por su comportamiento. Son del tipo que le pedirán prestado su automóvil y luego lo usarán para robar un banco, o para que lo lleve a la casa de un amigo mientras, sin que usted lo sepa, llevan una mochila llena de drogas. O le pedirán que mienta y los cubra en el trabajo para ocultar sus actividades criminales o incluso para proporcionar coartadas. De repente, te encontrarás en problemas con la ley porque te pidieron que les hagas un favor, les mientas o te involucres en un acto criminal.

Espere sentirse incómodo ante su aspecto intrusivo, preguntas o presencia. Nos ponen nerviosos cuando se vuelven demasiado amigables demasiado rápido y luego se aferran con demasiada familiaridad. En la película The Talented Mr. Ripley, Matt Damon interpreta el papel de un depredador que se aferra a una víctima y no la soltará hasta que obtenga lo que quiere. De manera similar, los depredadores nos exigen demandas que realmente no queremos cumplir, o buscan intimidad o traspasan nuestra privacidad sin tener en cuenta nuestros deseos o necesidades. Esto no es un accidente; se pretende

Con algunos depredadores, puede sentir una reacción física. Puede sacudir o sentir que se le ponen los pelos de punta, como mencioné, me pasó a mí. El notable investigador y autor J. Reid Meloy, PhD, descubrió que incluso los profesionales capacitados tienen una reacción visceral a estos individuos depredadores.[12] De manera similar, en su libroThe Gift of Fear, Gavin de Becker describe cómo estas personas tóxicas se registran con nosotros en un nivel muy primitivo (límbico), un sistema de alerta subconsciente que desarrollamos para alertarnos del peligro. Desafortunadamente, la sociedad nos dice que apaguemos ese sistema de advertencia y asumamos que todos son buenos y amables. Mientras estás ocupado confiando en los depredadores, ellos están ocupados aprendiendo todas tus debilidades explotables, mejor aprovecharte de ti. Robarán tu buena voluntad, tu virtud o tu generosidad como es debido, eso es lo que hacen los depredadores.

En cuanto a la reciprocidad, la entregarán cuando y donde quieran, o no la recibirán. En 2013, la familia de Michael Chadd Boysen esperaba ansiosamente su liberación del encarcelamiento por un robo que cometió. Sus abuelos prepararon una habitación para él, lo recogieron cuando finalmente lo liberaron, lo llevaron a obtener una nueva tarjeta de identificación, incluso lo llevaron a su primera reunión con su oficial de libertad condicional solo para asegurarse de que todo saliera bien. Algún tiempo después, ese día, Boysen los mató.[13] Esa fue su recompensa por su amorosa ayuda.

Cuando ayudamos, cedemos o acompañamos a estas personas, les permitimos y los animamos a que se aprovechen de nosotros o de otros. Pensar que cambiarán o que "esta vez las cosas serán diferentes" es como esperar Hacer que una serpiente sea menos reptil solo porque la alimentaste y acariciaste. No esperes bondad de aquellos que no pueden entregarlo. Pueden brindar amabilidad cuando lo desean, para obtener lo que desean. Sin embargo, la amabilidad puede cegar a los padres para que dejen que sus hijos pasen tiempo con personas como Jerry Sandusky, el abusador de niños en serie.

Una vez que terminen contigo, no solo te sentirás violado o traicionado, sino que, gracias a su profunda traición, serás reacio a confiar en los demás. El trastorno de estrés postraumático es a menudo el efecto neto de la victimización por parte de un depredador. Saber que usted o un ser querido ha sido utilizado es una gran cicatriz. He hablado con víctimas que años después permanecen sin reconciliarse, traumatizadas y desconfiadas. Algunos todavía están en terapia; otros tuvieron que ser medicados. Conozco a padres que han tenido que buscar tratamiento médico para la ansiedad porque su hija se había escapado o se había casado con un depredador conocido.

Como he dicho, los depredadores dejan un gran campo de escombros de sufrimiento humano. El tipo preciso y el tiempo realmente dependen de ellos. Si te involucras con un depredador, estás corriendo un gran riesgo con tu seguridad y la de tus seres queridos. Puede estar exponiendo a otros a peligros innecesarios simplemente otorgando acceso de depredador. Por favor, no te arriesgues.

PALABRAS QUE DESCRIBEN AL DEPREDADOR

Aquí están las palabras sin censura de las víctimas. Observe cuán similares son algunas palabras a las que describen la personalidad narcisista (vea el Capítulo 1):

Anormal, abusivo, agresivo, sin rumbo, amoral, animal, antisocial, arrogante, articulado, malo, rudo, chico malo, bárbaro, bastardo, bestia, seductor, despreciativo, beligerante, desconcertante, motociclista, viuda

negra, grosero, bullshitter, matón, calculadora, insensible, carismático, encantador, tramposo, tramposo, inteligente, frío, a sangre fría, estafador, estafador, estafador, intrigante, despectivo, controlador, corrupto, corruptor, escalofriante, espeluznante, criminal, crudo, cruel, astuto, peligroso, engañoso, engañoso, degenerado, delincuente, degradante, depravado, desquiciado, destructivo, diabólico, dick, incómodo, discordante, repugnante, deshonesto, falso, perturbador, dominante, egocéntrico, electrizante, vacío, malvado, explotador, incendiario, falsificador, fraude, gángster, gigoló, simplista, sin Dios, grandioso, estafador, sin culpa, apresurado, sin corazón, infernal, horrible, hostil, estafador, inmoral, impostor, impulsivo, incompatible, desconsiderado, incorregible, indecente, indiferente, infidelidad, inhumano, inhumano, loco, insaciable, insensible, falta de sinceridad, intenso, interesante, intimidante, irresponsable, irritable, irritante, asesino, cleptómano, laríngeo, infractor de la ley, lujurioso, sanguijuela, mentiroso, sin amor, maquiavélico, malévolo, manipulador, malo, mercurial, hipnotizante, mafioso, monstruo, malhumorado, mortificante, narcisista, nómada, notorio, nocivo, molesto, extraño, parásito, parásito, pedófilo, pervertido, exigente, proxeneta, jugador, posesivo, depredador, depredador, pinchazo, espinoso, promiscuo, titiritero, rápido, violador, arriesgado, ladrón, basura, grosero, ruinoso, sádico, sádico, sarcástico, salvaje, aterrador, seductor, seductor, seductora, egocéntrica, egoísta, superficial, asustadiza, mierda, sórdida, suave, superficial, estafadora, sin tacto, temperamental, ladrón, buscador de emociones, matón, tóxico, retorcido, de dos caras, tirano, indiferente, poco confiable, insensible, sin trabas, sin compromiso, poco confiable, sin escrúpulos, antipático, no confiable, vándalo, vil, vengativo, violento, volátil, vulgar, malvado, salvaje, ingenioso.

EL DEPREDADOR EN RELACIONES

No hay igualdad en una relación con un depredador. Estas personas se centran en la confianza y la crianza o actúan como parásitos, viviendo de un huésped humano. Esperan que usted satisfaga todas sus necesidades, pero no espere que consigan un trabajo o ayuden en la casa. Siempre tienen una excusa para no conseguir trabajo: su brillantez no es apreciada; el trabajo está debajo de ellos; pésimo jefe; horas terribles y así

sucesivamente. Te agotarán hasta que no tengas nada más que dar o se cansen de ti. Luego pasarán a otra persona o situación explotable.

Elizabeth, a quien conocí mientras realizaba un entrenamiento conductual, es una profesional inteligente y exitosa que tuvo la desgracia de casarse con un depredador parásito. Se veía bien, sonaba bien, siempre era bueno para tomar una cerveza y era muy atlético, pero no hizo nada. Ella trató de organizar trabajos, consejería matrimonial, orientación profesional, incluso entregando su currículum. Según su cuenta, él pasó todo el día en casa mirando pornografía mientras ella trabajaba. Esos 3 años con él le costaron casi $ 40, 000, ya que ella pagó por todo (ropa, joyas, vacaciones, palos de golf, gastos de mudanza, computadoras, cámaras, etc.). Cuando finalmente tuvo suficiente y dijo que era hora de que él se fuera, increíblemente, él exigió parte de sus ahorros para la jubilación a pesar de que habían estado casados por solo 3 años. Ese es tu depredador parásito: siempre buscando más.

El depredador en las relaciones puede ser letal. En todas sus fotos publicadas, Laci Peterson se ve feliz y efervescente, pero en 2002, cuando estaba embarazada y casada con Scott Lee Peterson, estaba viendo a otras mujeres a sus espaldas. En la víspera de Navidad, como lo demostró el fiscal en el juicio, Scott Peterson destripó a Laci, matándola a ella y a su feto de casi 8 meses. Como depredador, había decidido que era hora de que ella se fuera.

En 2003, Stacy Ann Cales se casó con Drew Peterson (sin relación con Scott Peterson) poco después de divorciarse de su tercera esposa, Kathleen Savio. Un año más tarde, Kathleen Savio sería encontrada muerta en una bañera vacía, su muerte inicialmente dictaminó "un accidente". Stacy fue una de las primeras en defender a su esposo, Drew, cuando sospechó de la muerte de su ex esposa. Su fe y su lealtad estaban mal colocadas porque se había casado con un depredador, y para él, la vida era barata. Cuatro años después, la propia Stacy desapareció, devastando a su propia familia, que lógicamente temía a Drew Peterson. Como resultado de su desaparición y mucha presión de ambas familias, la policía reinvestigó la muerte de Kathleen Savio y determinó que no había sido un accidente. Asesinato

meditado de Kathleen Savio.[14] Lamentablemente, el cuerpo de Stacy nunca se ha encontrado, dejando a una familia sin cierre ni justicia.

Esa es la cruda realidad de vivir o casarse con un depredador. De hecho, en promedio, tres mujeres mueren cada día a manos de una "pareja íntima", un depredador en medio de ellas. Los homicidios de parejas íntimas representan el 30 por ciento de los asesinatos de mujeres y el 5 por ciento de los asesinatos de hombres, según la Oficina de Estadísticas de Justicia.[15] Estas son estadísticas aleccionadoras, y a menudo hay pistas de antemano de que estamos en presencia de peligro, pero tenemos que prestar atención y saber lo que estamos buscando.

Las esposas anteriores de Drew Peterson informaron cuán abusivo e insensible había sido con ellas, pistas, tal vez, de lo que vendrá. Se pierda las señales o actúe demasiado tarde y usted y sus seres queridos pueden pagar un precio muy alto. El reloj está corriendo. Para esta hora mañana, según las estadísticas anteriores, tres mujeres más perderán la vida.

Un depredador puede verse bien en el papel, pero sigue siendo un depredador. Colette Stevenson se casó con un médico graduado de Princeton, oficial del ejército de los EE. UU. Y boina verde. Pero cuando su esposo, Jeffrey Robert McDonald, cansado de Colette y sus hijos en 1970, los mató a todos y luego afirmó que los hippies locos por las drogas lo habían hecho. Los investigadores no compraron su historia, y tampoco lo hizo el jurado: la escena del crimen fue "puesta en escena" para parecer una invasión de la casa, y sus heridas fueron todas superficiales. Jeffrey McDonald permanece tras las rejas, aun reclamando su inocencia, siempre buscando una apelación, fría como el hielo.

Cuando estás en una relación con un depredador, estás en algún lugar entre comportamiento arriesgado, abuso psicológico o posiblemente perder la vida. Siempre es tan precario. ¿Con qué frecuencia hemos leído sobre una esposa o novia que tenía tanto miedo de que ella escribiera en su diario o les dijera a sus amigos y familiares que, si ella moría o desaparecía, su esposo o novio probablemente era el culpable? Tienen premoniciones porque ven de cerca el comportamiento del depredador.

Algunos depredadores viven una doble vida: cazan fuera de la casa y la familia se mantiene a oscuras, o si los miembros de la familia tienen sospechas, tienen miedo de preguntar. Imagine descubrir que papá o mamá pagaron por la casa donde creció con dinero robado. ¿Cómo amas a un padre que dice amarte pero que ha lastimado física, emocional o financieramente a otros? Y si lo haces, ¿qué te hace eso? Estas son solo algunas de las formas en que estas personalidades dañan a sus hijos sin poner un dedo sobre ellos.

No esperes que los depredadores siempre estén ahí para sus hijos. Espere que estén ausentes o distantes, que sean brutales a veces o que expongan a sus hijos al ridículo, el daño, el peligro, la actividad delictiva y el potencial de ser encarcelados.

La peor situación ocurre cuando el depredador involucra a toda la familia en una actividad criminal. Los periódicos están llenos de historias de esposos que usaron a su cónyuge para cometer un delito. Brian David Mitchell y su esposa, Wanda Barzee, secuestraron a Elizabeth Smart en Utah en 2002 y la retuvieron durante 9 meses. Jaycee Lee Dugard fue secuestrado a los 11 años y retenido durante 18 años en California por el delincuente sexual convicto Phillip Craig Garrido y su esposa, Nancy Garrido. Respira hondo y lee el libro de Jaycee sobre su terrible experiencia, A Stolen Life: A Memoir, pero prepárate para llorar.[16] Es una historia de la redención de un ser humano notable después de la depredación.

Los depredadores son conocidos por enseñar a sus hijos a robar, engañar, mentir, evitar la responsabilidad, luchar y romper las reglas sociales. Algunos de los que he estudiado o hablado castigaron a sus hijos no por cometer crímenes sino por ser atrapados. John Walker, un especialista en comunicaciones de la Marina de los EE. UU., Espió por los rusos durante décadas. No solo puso en riesgo a su nación al revelar secretos criptográficos, sino que también involucró a su hijo, Michael Walker, en sus crímenes. John Walker recibió cadena perpetua por espionaje; Michael tiene 25 años. Del mismo modo, la mafia don John Gotti no hizo ningún favor a su hijo John A. "Junior" al introducirlo en la

vida de un mafioso. Todo lo que hizo fue asegurarse de que el gobierno federal centre su atención en él sobre la muerte de su padre. Eso lo llevó a declararse culpable de extorsión (usurpación de préstamos, apuestas y extorsión) en 1999, por lo cual cumplió 6 años de prisión. Entre 2004 (antes de haber salido de prisión) y 2009, fue el acusado en cuatro juicios adicionales de crimen organizado (estos terminaron en juicios fallidos), con todos los honorarios legales y el estrés. Ese no es el tipo de vida que la mayoría de la gente desearía para sus hijos.[17] A menos, por supuesto, que sea un depredador, entonces no importa lo que haga a su familia.

Luego están los que se vuelven contra su propia familia. Que abusan de sus hijastros y sus propios hijos. O que persiguen a sus propios padres, como los hermanos Lyle y Erik Menéndez, dos asesinos a sangre fría que en 1989 ejecutaron a sus padres con escopetas mientras estos miraban la televisión en casa; luego fueron de compras y de fiesta hasta que finalmente fueron arrestados.[18] Estos asesinos tenían lo mejor de todo (escuela, dinero, ropa, autos, clases de tenis). Pero para los depredadores, lo suficiente nunca es lo suficientemente bueno.

A veces, el depredador es muy sutil, primero prueba para ver cómo reaccionan los miembros de la familia. Carla, oriunda de Miami, me contó que su segundo esposo casi de inmediato comenzó a prestarle demasiada atención a su hija de 14 años después de casarse. Con el tiempo, ella notó que él estaba teniendo más y más interacciones con su hija, incluyendo muchas cosquillas y luchas en el piso. Luego estaban los abrazos y besos que parecían durar demasiado. Cuando descubrió que él había llevado en secreto a su hija a Victoria's Secret para comprarle ropa interior, Carla comenzó a sentir que algo andaba mal, especialmente cuando su hija dijo que esto había sucedido antes.

El instinto de Carla se confirmó cuando encontró correos electrónicos que él había enviado a su hija del trabajo. No eran solo misivas juguetonas. Carla le preguntó a su hija qué estaba pasando. Su hija había sido reacia a decir algo, no queriendo sacudir el bote o estropear la felicidad de su madre. Resulta que el esposo había tratado de hacer algo más que

abrazarla; él la había alcanzado entre las piernas mientras conducía y la había tocado de otras maneras cada vez más íntimas y viles.

Carla se enfrentó a su nuevo esposo. Él, por supuesto, tenía una explicación tras otra: estaba tratando de encajar y ser más un padre para su hijastra; tocar dentro de las piernas fue accidental o nunca sucedió. Nada fue su culpa. Trajo cruelmente a la hija de Carla a la conversación, preguntando: “¿No he sido amable contigo? ¿No te compro cosas? Por favor, dile a tu madre que todo esto es un error ". ¿Qué debía decir su hija, que Carla me dijo que estaba temblando como una hoja? Su conclusión: “¿Ves? Todo está bien."

Con el teléfono móvil en la mano, Carla le dijo: "Tienes una hora para empacar y salir, o estoy llamando a la oficina del alguacil". Ella llevó a su hija afuera y le dijo que esperara con un vecino mientras la familia venía a buscarla.

Intentó razonar con ella. Ella señaló el reloj. Carla me dijo que para ese momento los pelos de su cuello estaban erguidos y su piel se "erizaba" al pensar en cuánto tiempo había pasado solo con su hija y los mensajes que había leído. Pero lo que realmente la estaba afectando eran sus intentos de "engañarla" y hacerle pensar que todo estaba en su cabeza, una táctica común del depredador. En ese momento, supo que estaba en presencia de un depredador. Y la enfureció más porque, como ella dijo, "solo estaba tratando de engañarme para que cerrara los ojos".

Los hijastros a menudo son objeto de abuso sexual por parte de un progenitor íntimo. Admiro a Carla, que hizo lo correcto, y rápidamente. Pero el costo aún fue tremendo en tiempo, dinero, declaraciones judiciales, procedimientos de divorcio, honorarios de abogados y más. Hubo problemas de confianza que le causaron pesadillas y daños psicológicos a su hija, quien se sintió traicionada porque su madre había traído a una persona peligrosa a su hogar. Años después, todavía había problemas para todos los involucrados. Ese es el campo de escombros dejado por un depredador.

Afortunadamente, Carla prevaleció. Muchas mujeres no lo hacen. No todos pueden escapar o ver las señales de advertencia a tiempo. Y en algunos casos, la víctima es demasiado joven, indefensa o confiada para escapar. Todos los hijos de Marybeth Tinning (nueve en total) murieron a lo largo de los años bajo su cuidado; desafortunadamente, el gobierno solo pudo probar que ella asesinó a uno de ellos.[19] Diane Downs sintió que sus tres hijos le impedían atraer a un hombre que no quería tener hijos. En 1984, fue declarada culpable de dispararle a sus tres hijos y matar a uno.[20] Qué historia de terror es para aquellos niños que han experimentado.

En 1999, Crista Decker, madre de tres hijos, a quien ayudé a investigar en Tampa a pedido del sheriff del condado de Hillsborough, dijo a los investigadores que su bebé de 6 meses había sido sacado de su vehículo mientras ella iba de compras. carrito en una tienda.

Durante mi entrevista con ella, solo unas horas después de que ella alegara que su hijo había sido secuestrado, le dije que estaba interesado en saber cómo eran sus hijos. Fue sorprendente ver la diferencia en cómo ella hablaba de ellos. Ella habló en términos cálidos sobre los dos niños mayores. Pero había cierta frialdad en su actitud cuando hablaba de su hijo desaparecido. Nosotros, como investigadores, ya sospechábamos de su historia, pero lo que la delató fue el hecho de que, aunque su bebé había estado desaparecido durante solo unas pocas horas, ella se refirió a él en tiempo pasado. "Siempre fue un buen bebé", me dijo. Sus dos hijos vivos, dijo, " son buenos niños". [Las cursivas en estas declaraciones son mías para enfatizar.]

La frialdad de su tono y su uso del tiempo pasado (" era”) nos llevaron a concluir que la niña ya estaba muerta y ella lo sabía. Y él fue. Finalmente, admitió que había asfixiado a su bebé (engendrado por alguien que no era su esposo) en una bolsa de basura de plástico porque "él no dejaba de llorar".[21] Sí, los depredadores son tan fríos.

Aquí hay una lección para todos nosotros, y es esta: ninguna relación o familia es segura si una de las partes es un depredador.

ENCUENTROS CON EL DEPREDADOR

La mayoría de los encuentros con depredadores tienden a ser transitorios. Podemos encontrarnos con uno en un evento deportivo, en un bar, en el trabajo o en un concierto, o alguien nos presenta. Ellos vienen y van; después de todo, tienen agendas que pueden no incluirnos. Otros, sin embargo, nos encontramos porque nos atacan o por nuestra ocupación o situación en la vida. Esas son las personas de las que queremos estar especialmente atentos.

Hay malversadores, ladrones de bancos, carteristas, ladrones de autos y muchos más. Pero hay una razón por la que tenemos la Ley de Protección y Seguridad Infantil Adam Walsh, la Ley de Megan y la Ley de Jessica, entre otras: porque hay tantos depredadores que se aprovechan de los menores. Algunos entran y salen de prisión. Cada vez que salen, atacan de nuevo. Otros operan sin ser detectados durante décadas: ¿recuerdan el escándalo de abuso infantil de los sacerdotes católicos?

Somos afortunados de tener esas leyes, y son útiles. Pero incluso con tales leyes vigentes, todavía tenemos hombres como Jerry Sandusky rondando por los niños. La depredación sexual siempre será un desafío considerable para la sociedad. Después de todo, ¿quién en Inglaterra habría imaginado a Jimmy Savile, famoso personaje de la televisión de la BBC y presentador de un programa infantil, violando a niños? Pero lo hizo, durante décadas; Sin embargo, todas esas acusaciones fueron desestimadas debido a su estatus y popularidad.[22] Es axiomático que nunca es saludable para los niños estar cerca de los depredadores, sin importar quiénes sean.

Las mujeres también son a menudo objetivos de los depredadores. En la década de 1960, Albert Henry DeSalvo, conocido como el Estrangulador de Boston, viajó por la ciudad creando oportunidades para sí mismo. Las mujeres lo dejaban entrar a sus casas y apartamentos con una multitud de pretextos (él representaba a una agencia de modelos; su automóvil se había averiado; necesitaba hacer una llamada, etc.). Las mujeres lo encontraron en su casa donde se sentían seguras, pero como he mencionado, nunca estarás a salvo con un depredador.

A veces, sin saberlo, entramos en el conocido terreno de caza del depredador, donde pueden apuntarnos más fácilmente. Natalee Holloway fue a Aruba de vacaciones con sus amigos de la escuela secundaria en 2005. A las pocas horas de conocer a Joran van der Sloot, desapareció y probablemente fue asesinada poco después; Su cuerpo nunca fue encontrado.

En la superficie, van der Sloot parecía guapo, encantador y divertido. Desafortunadamente, Natalee tuvo poco tiempo para descubrir qué persona terrible es realmente. Cinco años después del día de la desaparición de Natalee, van der Sloot robó y asesinó a Stephany Tatiana Flores Ramírez, a quien conoció en Perú mientras jugaba a las cartas en un casino. ¿Por qué haría eso, preguntas? Ese es el tipo de pregunta que hace el padre de un niño desaparecido. Desafortunadamente y trágicamente, realmente no se trata de por qué los depredadores hacen estas cosas; es simplemente que pueden.

A veces, todo lo que se necesita es vivir cerca de un depredador. La misma semana que comencé este capítulo en mayo de 2013, Ariel Castro fue arrestado en Cleveland por secuestrar a tres niñas y mantenerlas como rehenes durante 10 años, engendrando al menos un niño con una de ellas.[23] Desafortunadamente, las chicas tuvieron la mala suerte de vivir en el mismo vecindario que este vil depredador, que luego se ahorcó en su celda en lugar de ser juzgado. Castro derrotó a la justicia al suicidarse antes de su juicio.

Luego están los depredadores específicos de la industria que adaptan su depredación al lugar donde trabajan o lo que están haciendo. Charles Cullen, por ejemplo, era una enfermera de turno nocturno que admitió haber matado al menos a 40 pacientes, aunque puede haber habido muchos más.[24] Hizo lo peor en el trabajo y en ningún otro lugar.

En la década de 1980, Clyde Lee Conrad también adaptó sus actividades a su entorno. Como sargento del ejército estadounidense estacionado en Alemania, robaba suministros militares cuando podía, vendía folletos de raciones de gasolina y cigarrillos en el mercado negro, y cuando eso no era suficiente, robaba secretos militares y los vendía a los países del Pacto

Soviético de Varsovia. Puso decenas de miles de soldados y millones de civiles en riesgo en Europa con su traición, todo por dinero.

Algunos depredadores son pilares de la comunidad: veteranos, feligreses, voluntarios, líderes exploradores, entrenadores, funcionarios públicos. Rita Crundwell era la contralor de Dixon, Illinois, y una reconocida entusiasta de la cría de caballos de cuarto. También malversó $ 53 millones en una carrera de 22 años. El "asesino de BTK" Dennis Rader era un líder de la iglesia y un empleado confiable de la ciudad que utilizaba su conocimiento de la ciudad y la movilidad que su trabajo le brindaba para atacar a sus víctimas.

Luego están los depredadores corporativos, que se pueden encontrar en grandes instituciones, así como en operaciones de dos personas. Algunos dicen que el clima empresarial actual, particularmente el mundo financiero de alto riesgo y despiadado, atrae y recompensa el comportamiento depredador. Estas personas pueden ser carismáticas e interesantes, pero también pueden poner en riesgo a una empresa a través de su comportamiento impulsivo y agresivo. Eso es exactamente lo que Kenneth Lay y Jeffrey Skilling son famosos por haber hecho en Enron. Fueron acusados de fraude, y la bancarrota de Enron en 2001 fue la bancarrota corporativa más grande de su tiempo, donde muchas personas perdieron sus medios de vida y sus ahorros de toda la vida.[25] El caso Enron es un recordatorio de que la depredación a menudo tiene lugar en los niveles más altos del mundo corporativo si las personas poco éticas están a cargo. El colapso financiero de 2008 fue creado en parte por depredadores dentro de la industria financiera que crearon prácticas de préstamos riesgosas y luego se protegieron contra esas empresas, sabiendo que eran altamente inestables, si no tóxicas.

La agresividad y la dureza en los negocios son una cosa, pero los actos delictivos y el fraude intencional son otra muy distinta. Las empresas están aprendiendo que tener un depredador en los libros es peligroso para la organización, los inversores y los empleados. Pueden hacer cosas arriesgadas o pueden ser perjudiciales, desestabilizadoras o peligrosas para el negocio.

Si bien trabajar con un depredador es bastante malo, vivir bajo el pulgar de uno cuando lideran un gobierno puede ser horrible. Pregúntale a cualquiera que experimentó el tormento de Adolf Hitler, Pol Pot o Joseph Stalin. El presunto "Carnicero de Bosnia" Radovan Karadžić no era, según las víctimas, mejor; tampoco lo fue el presidente iraquí Saddam Hussein, quien utilizó tortura y armas de gas venenosas contra su propia minoría kurda.[26]

Mientras escribo este capítulo, estamos leyendo y escuchando sobre Siria, donde Bashar Hafez al-Assad, no amigo de los derechos humanos, ha liberado a sus militares de sus propios compatriotas, usando gas envenenado, causando que millones de personas huyan y decenas de miles. de bajas.

Los depredadores como líderes tienen una misión: mantenerse en el poder por cualquier medio. Para ellos, el sufrimiento y la muerte son insignificantes. El dicho a menudo atribuido a Joseph Stalin resume mejor cómo los depredadores ven los asesinatos en masa: “Matar a una persona y es una tragedia nacional; matar a un millón de personas, es una estadística ". Sí, son tan fríos.

Espero que este capítulo haya demostrado que los encuentros con un depredador siempre son peligrosos. A veces, los encontramos porque estamos en el lugar equivocado en el momento equivocado. O son nuestro jefe o la persona en el escritorio al lado del nuestro. Sin embargo, aún podemos trabajar para estar seguros al saber cómo actúan estas personas. Podemos buscar comportamientos para ver si esta persona es tóxica, es irresponsablemente temeraria, piensa solo en sí misma, es peligrosamente intrusiva o es una amenaza mortal. Esa es nuestra responsabilidad con nosotros mismos y con nuestros seres queridos.

** Para descargar una versión imprimible y completa en blanco de la lista de verificación a continuación, visite http://bit.ly/PredatorList .*

SU LISTA DE VERIFICACIÓN DE PERSONALIDADES PELIGROSAS

Señales de advertencia del depredador

Como señalé en la Introducción, desarrollé varias listas de verificación basadas en el comportamiento durante mi carrera para ayudarme a evaluar a las personas para ver si estaban Personalidades peligrosas. Esta lista de verificación en particular lo ayudará a determinar si alguien tiene las características del depredador y dónde esa persona cae en un continuo o espectro (desde calculador y oportunista hasta frío e insensible, o, en el extremo, carece de conciencia y es completamente peligroso). Esto lo ayudará a decidir con mayor precisión cómo tratar con esta persona, determinar su toxicidad y evaluar si puede ser una amenaza para usted u otras personas.

Esta lista de verificación, así como las otras en este libro, fue diseñada para que usted y yo la usemos en la vida cotidiana, personas que no son profesionales o investigadores capacitados en salud mental. No es una herramienta de diagnóstico clínico. Su propósito es educar, informar o validar lo que ha presenciado o experimentado.

Lea cada declaración en la lista de verificación cuidadosamente y verifique las declaraciones que correspondan. Se honesto; piensa en lo que has escuchado a un individuo decir o lo que ha visto hacer, o lo que otros te han expresado. Obviamente, la mejor evidencia es lo que usted mismo ha observado y cómo se siente cuando está cerca o interactúa con esta persona.

Marque solo las declaraciones que correspondan. No adivine ni incluya más que cumplir con los criterios exactamente. En caso de duda, déjelo afuera. Algunos elementos parecen repetitivos o parecen superponerse, es decir, intencional, para capturar los matices de comportamiento en función de cómo las personas experimentan o describen estas personalidades.

Es muy importante que complete toda la lista de verificación, tal como está diseñada, para aumentar su confiabilidad. Cada lista de verificación completa cubre temas muy sutiles pero significativos en los que quizás nunca haya pensado. Algunos elementos pueden ayudarlo a recordar eventos que había olvidado. Lea cada declaración, incluso si siente que ha visto lo suficiente o que los primeros elementos no parecen aplicarse.

Los pronombres de género (él, ella, etc.) se usan indistintamente en las declaraciones. Cualquier declaración puede ser aplicable a cualquier género.

Evaluaremos los puntajes cuando haya terminado, pero por ahora, marque cada elemento a continuación que corresponda.

□ 1. Hace caso omiso de los derechos de los demás al abusar de ellos o aprovecharlos.

□ 2. Es manipulador y con demasiada frecuencia hace que la gente haga cosas por él.

□ 3. Fue arrestado y juzgado como un niño en los tribunales o se eliminó un registro juvenil.

□ 4. Está absorto en sí mismo y se siente con derecho a hacer lo que le plazca, incluso si lastima a los demás.

□ 5. Orgullosamente hace alarde de violaciones de la ley o las reglas: se jacta de los crímenes cometidos o de las personas a las que ha engañado.

□ 6. Es engañoso, disfruta de mentir o miente cuando no tiene que hacerlo.

□ 7. Siente que las reglas o leyes son para que otros las obedezcan, no para él.

□ 8. Viola reiteradamente las leyes o infringe las normas de costumbre o decencia.

□ 9. Reconoce las debilidades en los demás rápidamente y busca explotar sus debilidades.

□ 10. Ha robado en el pasado tanto en la juventud como en la edad adulta.

□ 11. Carece de remordimiento y es indiferente al sufrimiento de los demás.

□ 12. Evita o se jacta de no pagar las facturas del restaurante.

□ 13. Culpa a la vida, las circunstancias, los padres, otros, incluso las víctimas, por sus acciones.

□ 14. Trata habitualmente de dominar a los demás: el control y el dominio juegan un papel importante en la vida de esta persona.

□ 15. Se conoce como "despiadado", "tóxico", "desagradable", "sin moral" o carente de "escrúpulos" o "decencia".

□ 16. En varias ocasiones ha emitido cheques falsificados o cheques con fondos insuficientes.

□ 17. Se deleita en engañar a otros.

□ 18. Le gusta provocar a la gente al chocar con ellos, mirarlos o decir cosas.

□ 19. Tiene abundante confianza en sí mismo, pero es imprudente o de poca utilidad práctica.

□ 20. No toma bien las críticas: arremete contra los demás con ira, ira o amenazas de venganza.

□ 21. Es o fue considerado un acosador en la escuela o en el trabajo, con frecuencia hiere sentimientos.

□ 22. Tiene habilidad para ganarse la confianza de los demás con el fin de aprovecharlos.

□ 23. Utiliza familiares, amigos, compañeros de trabajo y seres queridos para proporcionar dinero, mentirle o proporcionar una coartada.

□ 24. Ha iniciado incendios que han puesto en peligro a personas, animales o propiedades.

□ 25. No duda en poner a otros en riesgo financiero, físico o criminal.

□ 26. Ve la vida como una cuestión de supervivencia del más apto.

□ 27. Cometer crímenes es fácil; Se sabe que tiene una larga historia de antecedentes penales (antecedentes penales) con la policía.

□ 28. Es a veces insensible y frío, mientras que otras veces es encantador y seductor.

□ 29. Falsamente afirma ser un médico, profesor u otro profesional.

□ 30. Ha estafado a otros con dinero, propiedades u objetos de valor.

□ 31. Ha saboteado bicicletas, automóviles u otras cosas donde alguien pudo o se lastimó.

□ 32. Esquemas y planes para aprovecharse de los demás.

□ 33. Ha sido cruel con los animales cuando era niño o como adulto.

□ 34. Es cínico y despectivo de los demás.

□ 35. Es arrogante y obstinado y a menudo parece arrogante; algunos piensan que es una "leyenda en su propia mente".

□ 36. Ha sido descrito como extremadamente engreído o agresivo.

□ 37. No cumple con las citas, es poco confiable o irresponsable y siempre tiene una excusa para no cumplir con sus responsabilidades.

□ 38. Juega juegos psicológicos para mantener a los demás deprimidos, hacerlos sentir inferiores o acosarlos.

□ 39. Considera que ser respetado y tener poder es muy importante y le permite saber que estas cosas son importantes.

□ 40. Ha utilizado la fuerza o la intimidación para obtener sexo.

□ 41. Te valora un minuto y te devalúa al siguiente con desprecio cruel e indiferencia hacia la bondad pasada.

□ 42. Se sobrevalora a sí misma y sus propias habilidades mientras devalúa a los demás fácilmente.

□ 43. Como líder o gerente, ve a los trabajadores como secuaces o lemmings, no como iguales.

□ 44. Ha vivido o vive día a día cometiendo robos u otros delitos.

□ 45. Alienta a otros a hacer cosas que los ponen en riesgo o pueden ser ilegales.

□ 46. Busca dominar uno de estos para obtener ganancias personales: su espacio, tiempo, cuerpo, mente o lo que valora.

□ 47. Ha destruido la propiedad de otros por diversión o para "vengarse de ellos".

□ 48. Los problemas parecen seguirlo a todas partes, a menudo llamado alborotador.

□ 49. Tiene poca consideración o respeto por la propiedad de otros o instituciones.

□ 50. Tiene un historial de intimidar a otros para que se salgan con la suya.

□ 51. A menudo se queja de estar aburrido o carecer de emoción.

□ 52. De niño, con frecuencia se escapaba de casa.

□ 53. Guarda rencor y luego actúa sobre ellos de una manera mezquina.

□ 54. Las expresiones de remordimiento parecen poco sinceras o artificiales cuando se intentan.

□ 55. Cuando era niño, fue suspendido de la escuela varias veces por pelear.

□ 56. La lealtad y la atención se reservan principalmente para ella.

□ 57. No acepta la responsabilidad de los actos personales, tiende a culpar a los demás.

□ 58. Pensado como "suave", "hábil", "encantador" o "demasiado bueno para ser verdad".

□ 59. Cuando era niño, desobedecía repetidamente a los padres, se quedaba fuera tarde, rompía las reglas.

□ 60. Parasitariamente usa a otros para proporcionar alojamiento, comida, dinero o sexo.

□ 61. Afirma haber logrado más de lo que humana o lógicamente es posible o creíble.

□ 62. Tenía un padre o madre que era físicamente abusivo, tiránico o indiferente o que era un delincuente criminal.

□ 63. Ha llevado un estilo de vida irresponsable (por ejemplo, no puede mantener un trabajo; las relaciones fracasan repetidamente; se ignoran las obligaciones financieras)

□ 64. Tiene posesiones o riquezas inexplicables.

□ 65. Tiene un sentido de derecho y piensa que está por encima de los demás o que puede hacer lo que le plazca.

□ 66. Las manifestaciones de emoción parecen inventadas, realizadas o poco sinceras.

□ 67. Desprecia a los demás, especialmente a los que tienen autoridad.

□ 68. Tiene una actitud arrogante y condescendiente con un aire de superioridad que ofende a las personas.

□ 69. Las personas odian trabajar con o para este individuo o se han enfermado física o psicológicamente como resultado de trabajar con esta persona.

□ 70. Te mira como un reptil: inquebrantable, inquebrantable, frío, con poco que decir.

□ 71. Usa la mirada para mirar hacia abajo, intimidar o dominar a otros (te hace sentir incómodo a ti u otros).

□ 72. Tiene un encanto superficial, que es atractivo al principio.

□ 73. Racionaliza el robo, el daño o el maltrato a otros ("se lo merecían").

□ 74. Ha tenido problemas con la ley en la juventud y en la edad adulta.

□ 75. Intencionalmente ha pedido a los trabajadores u otros que dobleguen las reglas, ignoren las leyes, alteren o destruyan registros o pruebas importantes u oculten información.

□ 76. Tiene poco miedo de actuar criminalmente.

□ 77. Usa alias, cambia identidades u oculta intencionalmente partes de su pasado.

□ 78. Es impulsivo: de repente, en una alondra, actuará o cometerá delitos de oportunidad.

□ 79. No puede planificar el futuro o no tiene en cuenta el futuro (por ejemplo: gasta todo el dinero de la renta o la comida o compra regalos para ella y no para la familia).

□ 80. Es irritable o agresivo cuando es desafiado, reprendido o rechazado.

□ 81. Busca o ha impedido que usted u otras personas se asocien o contacten con amigos, familiares o seres queridos.

□ 82. Fácilmente intimida o pelea con otros.

□ 83. Se dirige a los débiles, los ancianos, los niños, los crédulos o las mujeres por abuso, para obtener favores sexuales o para aprovecharlos financieramente.

□ 84. Tiene un desprecio temerario por su propia seguridad o la de los demás (por ejemplo, exceso de velocidad; conducir en estado de

ebriedad).

□ 85. Tiene o está intimidando o maltratando (física o psicológicamente) a familiares, padres, compañeros de trabajo o amigos.

□ 86. Aprovecha a los padres robándolos, engañándolos o vendiendo o empeñando sus propiedades sin su consentimiento.

□ 87. Reclamaciones de estar en la CIA, Navy SEALS u otro servicio secreto o de élite, sin evidencia verificable para probar tales reclamaciones.

□ 88. Ha sido rechazado por empleo o por el ejército por no aprobar las pruebas psicológicas.

□ 89. Esta persona provoca una reacción física en los demás: las personas sienten que su piel reacciona (piel de gallina; los pelos se erizan; "hace que la piel se erice") o sienten que les duele el estómago o se vuelven ácidos.

□ 90. Es agresivamente narcisista: tóxico al tratar con otros, los desprecia, los menosprecia o los hace sentir mal.

□ 91. Tiene antecedentes de actividades delictivas, incluidas extorsiones, y se ha salido con la suya con actos delictivos.

□ 92. Es curioso sobre el dolor, el castigo o la tortura o sobre cómo matar efectivamente a alguien.

□ 93. Ha pasado tiempo en instituciones criminales, centros de detención, cárceles, cárceles, centros de detención, etc.

□ 94. Tiene antecedentes de violación, asalto o asalto con un arma mortal.

□ 95. Ha cometido robo o delitos contra la propiedad o ha robado automóviles varias veces.

□ 96. Habla sobre las mujeres con burla, viéndolas como objetos o "prostitutas".

□ 97. Ha abusado sexualmente de niños (tocarse, exponerse) o piensa en tener relaciones sexuales con niños.

□ 98. Parece tener poco autocontrol conductual.

□ 99. Tenía una madre que era prostituta o estaba en el comercio sexual.

□ 100. Tiene preferencia sexual por los niños.

□ 101. Practica el sexo irresponsable, exponiendo a otros a enfermedades de transmisión sexual o al virus del VIH (SIDA).

□ 102. Ha engendrado hijos en diversas relaciones, sin asumir ninguna responsabilidad (emocional, de custodia o financiera) por esos niños.

□ 103. Justifica la crueldad o el comportamiento delictivo como algo que la otra persona había "venido a ellos".

□ 104. Ha saltado la fianza, dejando a familiares o amigos financieramente responsables.

□ 105. Desaparece por días, incluso meses; luego reaparece sin explicación ni responsabilidad alguna.

□ 106. Las personas han comentado que se sienten "incómodas" a su alrededor o "no confían en él".

□ 107. Espera que otros le den coartadas, la escondan o la protejan de la justicia.

□ 108. Se ha metido en el automóvil, negocio u hogar de alguien o ha acechado a alguien.

□ 109. Rara vez, si alguna vez, devuelve dinero a amigos o asociados.

□ 110. Golpea o abusa a su cónyuge o hijos con frecuencia.

□ 111. Los niños o el cónyuge evitan o temen estar cerca de él.

□ 112. Ha hablado o escrito sobre fantasías o pensamientos de cometer actos criminales o violar a alguien.

□ 113. Ha incumplido reiteradamente los préstamos o tarjetas de crédito o no ha pagado la manutención de los hijos.

□ 114. Tiene o afirma haber matado a alguien, pero no le preocupa ni se jacta de ello.

□ 115. Ha utilizado la tarjeta de crédito de otra persona para pagar sin aprobación.

□ 116. Busca obtener poder, sexo o dinero por otros medios que no sean legales o morales.

□ 117. Cuando llega el momento de pagar, reiteradamente afirma haber olvidado su billetera o que su dinero está "atado" en inversiones.

□ 118. En el trabajo, es cruel o cruel: grita o grita a sus subordinados en público.

□ 119. Como padre, es irresponsable, desatento, no involucrado, insensible o imprudente cuando se trata de niños (falta de cuidado, alimentación, bañarse, ir a la escuela o al médico, etc.).

□ 120. Parece separado de los demás, nunca se acerca realmente a ellos.

□ 121. Se ha ido o se ha mudado fuera del estado para evitar el enjuiciamiento, la policía o las responsabilidades financieras.

□ 122. Se dirige a los ancianos o los seniles específicamente por abuso o para estafarlos sin dinero.

□ 123. Se ha dedicado a producir pornografía infantil.

□ 124. Tuvo problemas de conducta incluso en la juventud.

□ 125. Es o ha sido descrito como sexualmente sádico.

□ 126. Ha sido dado de baja deshonrosamente de los militares.

□ 127. El amor tiene poco significado; Confunde el sexo con el amor.

□ 128. Ha racionalizado el abuso de niños con frases simplistas como "No para de llorar" o "Eso lo pondrá duro".

□ 129. Vive en el "lado salvaje", tiene "malos amigos" o asociados criminales (pandilleros, traficantes de drogas, prostitutas, proxenetas, mafiosos).

□ 130. Posee contrabando, pornografía infantil o armas para uso criminal.

□ 131. Es un pandillero o líder.

□ 132. Pertenece a un sindicato u organización criminal (traficante de drogas, mafioso, familia criminal), trata de personas o es un proxeneta.

□ 133. Ha sido despedido o despedido repetidamente de trabajos, incluso tareas domésticas, por bajo rendimiento, incumplimiento, discusión o por no presentarse.

□ 134. Tiene tatuajes o hace alarde de signos o banderas que defienden el odio racial, los actos criminales o la misoginia.

□ 135. Odia ser irrespetado o burlarse de él: se enoja y se enoja cuando esto sucede.

□ 136. No parece aprender de los errores o la experiencia.

□ 137. Repetidamente toma cosas de valor de otros sin preguntar o roba de las tiendas (robar en tiendas).

□ 138. Raramente dice: "Lo siento", o solo lo hace cuando se lo obliga.

□ 139. Rechaza las disculpas de los demás y guarda rencor, por lo que actúa violentamente.

□ 140. Tiene o está trabajando en una empresa ilegal, terrorista o criminal, como correr números, apostar, vender drogas, robar automóviles, etc.

□ 141. Ha tenido períodos significativos de desempleo a lo largo de la vida, a pesar de los empleos disponibles o debido al encarcelamiento.

□ 142. Ha maltratado (desnutrido, no ha proporcionado ropa adecuada), encarcelado o agredido a niños bajo su cuidado.

□ 143. Ha usado cuerdas, esposas, habitación reforzada u otros dispositivos de restricción para controlar a alguien contra su voluntad.

□ 144. Deriva placer del sufrimiento o dolor de los demás.

□ 145. Parece disfrutar creando incomodidad psicológica o miedo en los demás.

□ 146. Parece estar siempre enojado u hostil o se resiente del mundo.

□ 147. Les ha dicho a otros que tienen un lado "oscuro, malo o malvado", que otros pueden descartar por hablar.

□ 148. Su pensamiento es muy rígido e inflexible; las cosas deben hacerse a su manera o él arremete.

□ 149. Las mujeres en su vida han llegado a detestarlo o desconfiar de él o han desaparecido misteriosamente.

□ 150. Quienes se asocian con él se sienten ansiosos, inseguros, victimizados, atormentados, engañados o traicionados.

PUNTUACIÓN

Cuente cuántas declaraciones se aplican a esta persona según los criterios discutidos al principio de esta lista de verificación.

Si descubre que esta persona tiene al menos 25 de estas características, esta es una persona que ocasionalmente tendrá un impacto emocional en los demás, se está aprovechando de los demás, puede ser difícil vivir o trabajar con ella, o puede estar colocando en problemas financieros peligro.

☑ Si el puntaje es de 26 a 75, esto indica que el individuo tiene todas las características y se comporta como un depredador. Debe ser muy cauteloso, especialmente si está en una relación íntima o prolongada con esta persona o si hay asuntos de confianza en juego (por ejemplo, préstamos, transacciones financieras, inversiones, préstamos de propiedad, acceso a niños).

☑ Advertencia: Si el puntaje es mayor a 75, esta persona tiene una preponderancia de las principales características de un depredador y es un peligro emocional, psicológico, financiero o físico para usted y para otros. Se deben tomar medidas inmediatas para distanciarse de este individuo.

ACCIONES INMEDIATAS

Los depredadores son notablemente resistentes al cambio, o si cambian, es para mejorar su destreza depredadora. En su libro Fatal Flaws, Stuart C. Yudofsky, MD, señala la dificultad de encontrar profesionales de la salud mental altamente capacitados y bien entrenados para tratar con personalidades antisociales como estas. Si ese es el caso con los profesionales, ¿qué haremos el resto de nosotros? Nos quedan pocos recursos para tratar de distanciarnos de estas personalidades peligrosas.

En mi experiencia y la de muchos otros profesionales, realmente necesita liberarse de personas como esta y buscar ayuda profesional competente y calificada si es necesario. Me suscribí a la sabiduría del Buda cuando él dijo sabiamente: “La gente debería aprender a ver y evitar todo peligro. Así como un hombre sabio se mantiene alejado de los perros locos, uno no debe hacerse amigo de hombres malvados”.

Para aquellos de nosotros que no somos profesionales de la salud mental, nuestras mejores estrategias son la conciencia y el distanciamiento. Si estas personas depredadoras no lo lastiman directamente (física, emocional, financieramente o todo lo anterior), lo dañarán indirectamente al dañar a las personas que le importan o al comprometer a su comunidad. Pueden y lo hacen devastar cuerpo, mente y espíritu. Pueden arruinarlo financieramente o destruir su vida sin ninguna preocupación por lo que le sucede.

Puede sentirse obligado a alguien así porque está casado con él, porque es familia o porque él le dio un trabajo. Sin embargo, tenga en cuenta que su lealtad no le impedirá ser víctima, atormentado o arruinado financieramente, sin importar la relación. Esa es la naturaleza del depredador. Para estrategias adicionales, vea el Capítulo 6, Defensa personal contra personalidades peligrosas.

Terminaré con las palabras de advertencia de alguien que conocía íntimamente los caminos del depredador:

Los asesinos en serie somos sus hijos, somos sus maridos, estamos en todas partes. Y habrá más de tus hijos muertos mañana.

—Theodore "Ted" Bundy

CAPÍTULO 5
UNO ES MALO, DOS ES TERRIBLE, TRES ES LETAL

HASTA AHORA, HEMOS OBSERVADO los diferentes tipos de personalidad de forma aislada. El beneficio de esto ha sido comprender más claramente a estas personalidades peligrosas. Sin embargo, en realidad, las personalidades peligrosas a menudo se componen de más de un tipo de personalidad. En la literatura médica, esto se conoce como comorbilidad, y no debería sorprendernos; después de todo, todos tenemos diferentes rasgos de personalidad, es lo que nos hace complejos e interesantes. Pero cuando las personas poseen características de dos o más tipos de personalidad peligrosos, su riesgo aumenta, a veces dramáticamente. Y aunque el riesgo aumenta, como la mayoría de los médicos le dirán, reconocer el tipo de personalidad específico puede ser un verdadero desafío. Entonces, para ayudar al lector, he usado ejemplos de casos de la vida real para arrojar algo de luz sobre el futuro de rasgos de personalidad entre personalidades peligrosas. La complejidad de los

nuevos rasgos también es la razón por la que enfatizamos la revisión exhaustiva de todas y cada una de las listas de verificación para evaluar completamente el peligro que representan estas personalidades.

Además, así como nuestro comportamiento puede cambiar dependiendo de las circunstancias de la vida, también puede cambiar el comportamiento de una personalidad peligrosa: en lugar de gritar perennemente al niño que está actuando, la personalidad emocionalmente inestable puede un día sacudirlo violentamente o lanzarlo contra un pared. Del mismo modo, el soltero distante y narcisista puede casarse y convertirse en un marido dominante y dictatorial que es cada vez más crítico y despectivo. Así como podemos cambiar con el tiempo, muchos factores pueden contribuir a que estas personas se vuelvan más inestables, más tóxicas y cada vez más peligrosas. La clave para nosotros es evaluar habitualmente a otros por estos rasgos y reconocerlos por lo que son. Lo que no podemos suponer o esperar ingenuamente es que una personalidad peligrosa, por sí sola, mejore repentinamente con el tiempo.

Analizar las complejidades y los matices de las personalidades humanas puede ser muy complicado, y una discusión completa de todos los tipos de personalidad está fuera del alcance de este libro. Aquí es donde pueden ayudar las Listas de verificación de personalidades peligrosas. A medida que evaluamos a otros por su potencial de toxicidad, inestabilidad o peligro, debemos recordarnos a nosotros mismos que no debemos fijarnos rígidamente en un tipo de personalidad. No debemos ignorar la posibilidad de que la persona en cuestión pueda encajar cómodamente en múltiples categorías de personalidad. Esto también es parte del proceso: ver qué comportamientos se ajustan a dónde. Hacerlo nos dará una mejor imagen de la persona con la que estamos tratando, teniendo en cuenta que ciertos rasgos de personalidad, cuando se combinan, pueden potenciarse entre sí, a veces con resultados horribles.

Vemos ejemplos a diario en situaciones de crisis en todo el mundo. Estoy seguro de que cuando el asesino de policías acusado y el ex oficial de policía Christopher Dorner huyeron a principios de 2013, los analistas del Departamento de Policía de Los Ángeles y los psicólogos preguntaban: "¿Qué tipo de personalidad es él? ¿Qué hará él después?

Afortunadamente, Dorner había escrito un extenso manifiesto que nos dio una idea más allá de lo que estaba en su archivo oficial de personal. Ese manifiesto reveló:

■ Un individuo lleno de heridas emocionales, con la necesidad de deshacerse de sus enemigos (paranoia), junto con

■ Su opinión de que se sentía con derecho a tomar medidas violentas contra otros agentes de policía y sus familias para arreglar lo que él consideraba necesario arreglar (grandiosidad narcisista)

El manifiesto de Dorner proporcionó información crítica: ayudó a explicar su comportamiento y, en cierta medida, predijo cómo se comportaría en el futuro. Cuando intentas detener a un individuo altamente paranoico que devalúa narcisistamente a otros agentes de la ley, el tiroteo es el resultado más probable, y de hecho lo fue.[1]

NO TAN RARO: PERSONALIDADES DE COMBINACIÓN

De las instrucciones de la Lista de verificación de personalidades peligrosas en capítulos anteriores, ha aprendido elementos esenciales importantes sobre cómo estar alerta ante personalidades peligrosas: observe a las personas en cuestión y observe su comportamiento, las cosas que dicen, cómo nos hacen sentir, qué se sabe sobre su pasado, y lo que otros que han interactuado con ellos han experimentado y notado. Como discutiremos en el Capítulo 6, esto es parte de la debida diligencia: evaluar objetivamente lo que usted y otros observan, buscando indicadores significativos de que alguien pueda ser tóxico, inestable o peligroso. Esta es nuestra responsabilidad, y es sabia y juiciosa.

Ahora vamos a ampliar esta base al ver si la información Podríamos ubicarlo en más de una de las cuatro Listas de verificación de personalidades peligrosas. De esta manera, obtendremos una mejor idea del tipo de personalidad del individuo y su potencial de peligro.

Por ejemplo, supongamos que notamos que Harry habla y actúa como si pensara que realmente es alguien especial. Esa característica encaja potencialmente en tres listas de verificación: la personalidad narcisista, la

personalidad paranoica y el depredador. Pero este es solo un comportamiento. Por lo tanto, seguimos recolectando información cuidadosamente (¿Cómo nos trata? ¿Cómo nos hace sentir? ¿Qué comportamientos específicos vemos?), Y colocamos esas acciones o comportamientos en la lista de verificación específica que se aplica.

Digamos que también notamos que Harry muestra la necesidad de controlar a los demás y tiene la desagradable costumbre de ser vengativo. Estos comportamientos adicionales reducen aún más su tipo de personalidad, y con el tiempo podemos ver una preponderancia de características que se ajustan a la lista de verificación para la personalidad paranoica, así como a la lista de verificación para el depredador.

Si, a través de una interacción suficiente con él o mediante sus observaciones, finalmente encuentra que este Harry ficticio tiene, digamos, 45 o más características de comportamiento en cada una de las dos Listas de verificación de personalidades peligrosas, esto es significativo. Una persona que obtiene un puntaje tan alto en la lista de verificación de la personalidad paranoica y la lista de verificación de los depredadores puede ser no solo desagradable, sino totalmente peligroso.

La clave para una imagen más completa no es tratar de encasillar a alguien desde el principio, sino dejar que los comportamientos hablen por sí mismos. De lo contrario, podría encontrarse cegado a la información importante, algo que puede suceder incluso a los profesionales. Y, como dije desde el principio, nos enfocamos en comportamientos, no en estadísticas o probabilidades, y asignamos comportamientos a las Listas de verificación de personalidades peligrosas donde sea que apliquen.

Supongamos que conocemos a alguien encantador, altamente seguro y lleno de grandes ideas y planes, pero que ha logrado poco, y rápidamente decide que se ajusta a la categoría de personalidad narcisista. Bien, ahora demos un paso atrás y valoremos esa decisión por un momento. De hecho, puede tener esas características, pero ubicarlo demasiado rápido en una sola categoría puede significar que dejemos de estar alertas a otra información, como su repentina aparición en la ciudad, su aparente falta de antecedentes laborales verificables y credenciales, su estilo de vida

transitorio y su falta de ingresos discernibles: todas las cosas que se ajustan a la lista de verificación de los depredadores y podrían señalar a una personalidad con el potencial de causar daños graves (ver Capítulo 4) Es ese tipo de error que queremos evitar. Es lo que los pilotos llaman fijación de objetivos: se centran tanto en un objetivo que pierden todos los demás objetivos cercanos, o están tan obsesionados con una tarea, punto de referencia o problema en particular que se adentran directamente en una montaña.

Por supuesto, hay todo tipo de combinaciones posibles entre los cuatro tipos de personalidad peligrosos. Por ejemplo, puedes tener a alguien que sea muy inteligente pero que sea paranoico y narcisista. Mire el comportamiento de John McAfee (fundador de McAfee, Inc., la compañía de software antivirus más grande del mundo) en Belice; uno se pregunta, ¿es eso lo que estamos viendo? Alguien que se muda a un país extranjero y, según una entrevista, sintió la necesidad de limpiar el lugar como si los dioses lo hubieran ungido a esa responsabilidad, esa es una característica del narcisismo. Pero también temía irracionalmente a la policía nacional y a sus vecinos, lo cual es un rasgo común de la paranoia.[2] Por lo tanto, podemos estar viendo el narcisismo y la paranoia, pero no podemos estar seguros porque no tenemos todos los hechos. Por lo tanto, recopilamos información y la colocamos donde corresponde en la Lista de verificación de personalidades peligrosas que corresponde, y la agregamos a cada lista a medida que la información esté disponible.

Finalmente, comenzamos a tener una idea de quién es este individuo, en función de sus comportamientos. Tal vez un poco de esto, tal vez más de eso en este momento, reconociendo que la mezcla puede cambiar y variar porque estamos tratando con características que se aplican a más de un tipo de personalidad: después de todo, estamos tratando con humanos. Pueden ser más grandiosos y egocéntricos. Día, mientras que otro día, muestran más de las características de un depredador. Eso es lo que hace que los humanos sean interesantes de estudiar: actuamos sobre la vida, y la vida actúa sobre nosotros. Nunca estamos rígidamente en un lugar, y tampoco lo son las personalidades peligrosas.

¿Importa qué rasgos de personalidad son más fuertes? Sí y no, depende de la persona individual y los rasgos de esa persona. Pero tenga en cuenta que no somos perfiladores o investigadores criminales; simplemente estamos interesados en determinar qué tan peligrosa es realmente esta persona. Entonces, si alguien obtiene un puntaje alto (superior a 50) en dos o más Listas de verificación de personalidades peligrosas, determinar con precisión qué patología es más prominente no es esencial en comparación con darse cuenta de que se ha cruzado un umbral crítico, y podemos decir que es probable que esta persona sea muy tóxico, muy inestable o incluso peligroso y una amenaza para usted.

Por ejemplo, alguien que es muy inestable emocionalmente y altamente paranoico es una persona extremadamente difícil de vivir: siempre sospechoso y arremetiendo con temible regularidad. Si la paranoia o la inestabilidad están impulsando los arrebatos es menos importante que garantizar su seguridad.

Una mujer a la que llamaré Amanda me escribió que su esposo inicialmente mostró "pequeñas peculiaridades", como las llamaba. A veces atacaba, especialmente si había tenido un mal día. Con los años, según ella, tanto la inestabilidad como la paranoia aumentaron, sin ninguna razón. Se volvió tan hiperespicioso que buscaría actividad en su teléfono móvil e incluso verificaría en el bloc de mensajes en casa las hendiduras latentes frotando un lápiz en la superficie para ver qué mensajes había escrito. Eventualmente se volvió "insoportable", especialmente cuando la violencia hacia ella aumentó de empujar a empujar a abofetear y ahogar. Sí, asfixia.

Entonces, ¿cuál era la característica predominante aquí: el lado emocional inestable o el lado paranoico? Es una pregunta intrigante, y que un investigador o un terapeuta pueden encontrar de interés. Pero puedo decirte esto: a Amanda no le importaba, y a mí tampoco, ni a ti tampoco. No vivimos en un laboratorio donde podemos experimentar con seguridad, debatir tranquilamente o validar con absoluta precisión. Vivimos en un mundo donde el abuso conyugal es desenfrenado, los niños desaparecen y son violados o asesinados, la seguridad personal es un problema, el tiempo es esencial y nuestras decisiones deben tomarse rápidamente en el

momento, en función de la poca información disponible para nosotros. En esencia, queremos ser precisos sin tener que ser perfectamente precisos. Si tenemos que esperar para ser perfectamente precisos, puede ser demasiado tarde (como verá más adelante en este capítulo con lo que le sucedió a una mujer llamada Susan Powell).

Así como Amanda tuvo que lidiar con su realidad actual de abuso y, como ella lo describió, "la locura" de su situación inmediata, también debemos lidiar con nuestra propia realidad. El papel de Amanda se convirtió en uno de supervivencia, no uno de métricas, mediciones y experimentación. Su preocupación inmediata no era "¿Es mi esposo el 80 por ciento de esto o el 20 por ciento de eso?" Deje tal análisis a otros, si así lo desean. La pregunta más importante para usted, como lo fue para ella, fue: ¿Estoy en peligro? Ese es el único propósito de este libro y donde las Listas de verificación de personalidades peligrosas ayudarán.

Mientras realiza su diligencia debida, recuerde que todos estos tipos de personalidad residen en un amplio espectro que va de claro a oscuro, de bajo a alto, de irritante a imposible, difícil a tóxico e incluso peligroso, y que su lugar en este espectro puede variar dependiendo de las circunstancias, factores estresantes de la vida, oportunidades o estados de ánimo. Una forma de pensar en esto es imaginar una radio. Tóquelo suavemente y la música puede pasar desapercibida. Suba un poco y podrá escuchar la música con mayor claridad. Enciéndelo alto y se vuelve molesto; incluso más fuerte y es doloroso y casi intolerable para tus oídos. Gírelo al máximo volumen y puede dañar su tímpano; de hecho, es peligroso. Esa es una forma de considerar estas personalidades peligrosas: ¿qué tan alto es el volumen en este momento? ¿Abajo, mostrando pocas señales? ¿En el medio, molesto o irritante? ¿O subió alto donde son peligrosos para nuestro bienestar, un riesgo para nuestra salud?

Pero para escuchar algo, debe sintonizar. Vale la pena repetirlo: la mayoría de las personas que son tóxicas o peligrosas viven fuera del radar, en su mayoría sin ser detectadas, con contacto limitado o nulo con las fuerzas del orden público y menos aún con los médicos. Por lo general, los amigos y la familia, que carecen de una hoja de ruta para descifrar personalidades peligrosas, no tienen idea, no saben qué buscar o están

sesgados a su favor. Por ejemplo, cuando se le preguntó, un amigo de Timothy McVeigh dijo: "Si no considera lo que sucedió en Oklahoma City, Tim es una buena persona".[3] Y eso lo dice todo. Hay personas que se niegan a ver lo que está frente a ellos, o son tan parciales como para ser ciegos. Las personalidades peligrosas prosperan en ese entorno. Al final, hay dos verdades que debe tener en cuenta sobre todas las personalidades peligrosas: solo vemos lo que estamos preparados para ver, y la mayoría de las personas enmascararán quiénes son realmente.

Al hacer tanto el perfil criminal como el comportamiento en materia de seguridad nacional para el FBI, sé que los tipos de personalidad pueden ser difíciles de estudiar, especialmente cuando se trata de alguien que es una mezcla compleja de dos o más tipos de personalidad. Aquí es donde las Listas de verificación de personalidades peligrosas serán más útiles, ayudándole a descifrar qué rasgos se destacan, en qué tipo de personalidad, para que pueda comprender con mayor precisión con quién está tratando realmente.

COMBINACIONES NOTABLES DE PERSONALIDADES PELIGROSAS

Quizás la mejor manera de comprender a aquellos que tienen características principales de dos o más tipos de personalidad peligrosos es mirar ejemplos de la historia y los titulares, ya que ambos están llenos del caos que estas personas dejan atrás.

"Hay enemigos por ahí, pero tengo las respuestas": Paranoico + Narcisista

Comencemos con el siglo pasado, ya que ese fue el siglo de los medios de comunicación, que nos da una mejor contabilidad de las figuras históricas que quizás en cualquier otro momento. La primera persona que se destaca tiene que ser Joseph Stalin. Stalin ansiaba narcisistamente el poder y la adoración, en el Capítulo 1, aprendiste sobre los muchos títulos que reclamó para sí mismo, algunos de los cuales rayaban en lo ridículo, y tenía ciudades enteras que llevaban su nombre. Pero además de ser narcisista, Stalin tenía un lado oscuro impulsado por la paranoia, y ambas

patologías estaban en el extremo, más virulento (agudo) del espectro, haciéndolo altamente tóxico y peligroso.[44]

Dado su control totalitario de su pueblo, los servicios de seguridad y los militares, las consecuencias de esta combinación fueron, por lo tanto, de proporciones épicas. Imagina matar a todos los seres humanos que viven en California. Eso es más o menos lo que logró, matando a más de 30 millones de personas: se desconocen los números exactos.[5] Su hiperesuspicacia lo llevó a desplazar a poblaciones enteras, especialmente a las minorías en las que desconfiaba. También tenía hasta un cuarto de su personal militar superior después de la Primera Guerra Mundial asesinado porque no confiaba en ellos, un movimiento ciegamente autodestructivo que puso en riesgo a todos los ciudadanos rusos cuando estalló la Segunda Guerra Mundial y sus habilidades eran más necesario.

¿Es Stalin una rareza horrible? Realmente no. Adolf Hitler (más de 5 millones de muertos) también era patológicamente narcisista y paranoico. También Pol Pot en Camboya, conocido por sus "campos de exterminio" y trabajo forzado (más de 1, 2 millones de muertos).

O hablemos de historia reciente: ¿Qué tal Slobodan Milosević en la década de 1990 y su visión xenófoba de las minorías étnicas, especialmente los musulmanes y los croatas? O Ratko Mladić, también llamado el Carnicero de Bosnia, ¿acusado por la Corte Penal Internacional por la ex Yugoslavia en el asesinato étnico de más de 7.500 hombres y niños musulmanes bosnios en Srebrenica en 1995? Lo que todos estos individuos tienen en común es que eran personalidades narcisistas (todas tenían soluciones grandiosas y violentas a los problemas) y paranoicas (veían enemigos en todas partes). Eso los hizo lo suficientemente peligrosos. Pero también tenían acceso a las fuerzas de seguridad y al ejército, lo que constituía la mezcla más destructiva de todas: una personalidad peligrosa con poder ilimitado.

Luego está Anders Behring Breivik, responsable de bombardear un edificio del gobierno en Oslo, Noruega, el 22 de julio de 2011, matando a 8, seguido de un tiroteo masivo, matando a 69 adolescentes. Él también, como el tribunal determinó, era narcisista y paranoico. Se veía a sí mismo

como la única persona capaz de salvar a su país (narcisismo) de extranjeros y musulmanes (paranoia), por lo que asesinó a los inocentes en protesta.[6] Breivik demostró que aún puedes hacer mucho daño incluso sin un ejército permanente si eres una personalidad narcisista y paranoica y tienes acceso a explosivos improvisados o armas de alta potencia.

Desafortunadamente, hemos visto este tipo de personalidad antes: aquellos que son pequeños jugadores en el escenario de la vida pero que quieren hacerse un nombre en la historia. Su alta valoración de sí mismos, junto con su paranoia, los lleva a los extremos, pero cuando nadie los escucha o si son rechazados, buscan formas de darse a conocer a sí mismos o a su causa, tal como lo hizo Breivik.

Se convierten en grandes jugadores, quizás incluso en el escenario mundial, por los medios más rápidos conocidos, a través de la violencia. Mucho antes de que Breivik conmocionara a Noruega, otro individuo muy terco, de pensamiento rígido y difícil con todas las características de paranoia y narcisismo que hemos descrito se hizo un nombre. Primero, intentó hacerlo en abril de 1963 intentando asesinar al mayor general Edwin Walker, el hombre que se postuló contra John Connally por el gobernador de Texas el año anterior, mientras Walker leía en su casa en Dallas. Cuando eso falló (solo lastimó levemente a Walker), su próxima oportunidad lo aseguraría. Estas serían las grandes ligas, ya que él Siempre le dijo a su esposa que quería estar allí.[7] Su próximo objetivo de oportunidad fortuitamente, según la ruta publicada por los periódicos locales, conduciría a su lugar de trabajo el 22 de noviembre de 1963 en una limusina abierta. Su objetivo: John F. Kennedy, presidente de los Estados Unidos. Su nombre: Lee Harvey Oswald, un hombre que tenía todas las características de la personalidad paranoica, así como las de la personalidad narcisista en abundancia.

Para la mayoría de nosotros, el peligro de la personalidad narcisista + paranoica es de especial preocupación cuando la persona se aísla a sí misma. Una y otra vez, hemos visto que cuando estas personas se autoaislan, no hay una amortiguación externa de sus ideas extravagantes. De forma aislada, pueden concentrarse en un problema o en heridas

percibidas, marginando sus pasiones, odios y miedos. Desafortunadamente, su trayectoria suele ser la misma: violencia contra aquellos a quienes devalúan o temen.[8]

Por ejemplo, cuando Timothy McVeigh fue rechazado por las Boinas Verdes y fue dado de baja del Ejército de los Estados Unidos, tomó la decisión de aislarse en Arizona para poder concentrar su odio en el gobierno federal. En ese aislamiento, planeó el bombardeo del Edificio Federal Alfred P. Murrah en Oklahoma City. Décadas antes, Theodore Kaczynski (el Unabomber), narcisista y paranoico como McVeigh, también se fue a vivir a una remota cabaña de Montana, donde refinó aún más su odio a la tecnología y desde donde pudo construir sus bombas que finalmente mataron a 3 e hirieron a 23.

"Presta atención mientras hago lo que quiero": Narcisista + Depredador

En 2003, el Departamento de Estado de los Estados Unidos me pidió que ayudara al gobierno de Colombia a establecer su primera unidad de perfil criminal. Fue un honor ayudar en esa tarea, y la Unidad Especial de Comportamiento Criminal de Colombia sigue siendo muy activa para resolver los casos criminales más atroces en Colombia. Uno de los primeros casos que me pidieron analizar fue el de Luis Alfredo Garavito Cubillos, conocido como el Carnicero de Colombia. La mayoría de los estadounidenses nunca ha oído hablar de Garavito Cubillos, sin embargo, es el asesino en serie más prolífico en este hemisferio, después de haber matado a más de 240 niños en un período de 7 años (se encontraron 140 cuerpos, no podía recordar dónde estaban enterrados los demás).

Cuando nos sentamos a analizar el caso, había algo en la forma en que se veía en una foto en particular que me llamó la atención. Mi homólogo del gobierno colombiano, Luis Alfonso Forero-Parra, un brillante oficial y psicólogo que ahora dirige la unidad de perfil criminal colombiano, notó que me detenía sobre la foto. "¿Ves esa alegría narcisista en su rostro?" Yo pregunté. "Acaba de ser arrestado, y parece disfrutar de la atención que recibe de los medios".

"Es curioso que digas eso", respondió el Dr. Forero-Parra. “Mientras lo conducían a la cárcel, preguntó: '¿Cómo se ve mi cabello?' A veces, los depredadores son palpablemente narcisistas. Esta fue una de esas veces.

De hecho, a menudo vemos algunas de las características del depredador con el narcisista. Bernard Madoff, autor intelectual y arquitecto del esquema Ponzi más grande en la historia de los Estados Unidos, que se aprovechó de su propia familia y amigos, parece tener muchas de las características del narcisista, cuyos comportamientos dicen: "Puedo hacer cualquier cosa, por cualquier medio, sin restricciones "y el depredador, cuyo comportamiento dice:" Aprovecharé a quien pueda, cuando pueda, sin remordimiento ". La escala grandiosa del plan, la audacia de su implementación, la distancia y la voluntad de lastimar a los demás, todos dicen mucho acerca de esta personalidad peligrosa multifacética.[10]

Muchos expertos creen que el narcisismo agresivo es el núcleo de la depredación social; en otras palabras, para atacar sin piedad a los demás, debe ser capaz de sobrevalorarse y devaluar a los demás.[11] Tiene sentido. Para ser un Ted Bundy, uno tiene que tener un tremendo sentido de derecho y una gran habilidad para devaluar a los demás sin ningún tipo de conciencia. Entonces, cuando vemos a un depredador con una prevalencia de características narcisistas, podemos decir que estamos tratando con un individuo altamente peligroso, un tema que discutiremos más adelante en el Capítulo 6, Autodefensa contra personalidades peligrosas.

Al igual que Ted Bundy, Charles Manson también cumplió con los criterios del narcisista y el depredador. Desde temprana edad, Manson fue un delincuente menor, un ladrón, un ladrón, un depredador sexual y un mentiroso que disfrutaba manipulando a otros.[12] Se veía a sí mismo como un músico talentoso (que no era) y un líder de culto, pero su verdadero don era ejercer un control divino (narcisismo) sobre los demás, aprovecharse de ellos y hacer que cometieran crímenes por él (depredador).[13] Fue declarado culpable de conspiración para cometer los asesinatos de Sharon Tate y Leno y Rosemary LaBianca, junto con sus compañeros, que fueron llevados a cabo, según sus instrucciones, por

miembros de su culto. Después de 40 años, afortunadamente, él permanece tras las rejas, un testimonio de lo peligroso que es. Si alguna vez duda del peligro que representa el depredador narcisista, leaHelter Skelterde Vincent Bugliosi oMansonde Jeff Guinn; entonces lo entenderás.

COMBINANDO TRES O MÁS PELIGROSOS TIPOS DE PERSONALIDAD

Ahora consideremos individuos con tres o más rasgos. Cuando miro los comportamientos de Jim Jones, el líder de culto de Jonestown, Guyana, descubro que ciertamente tenía rasgos narcisistas. Su necesidad de ser adorado es claramente narcisista. Pero también tenía características y elementos paranoicos del depredador. Su necesidad de aislamiento y su miedo a los extraños son claramente paranoicos. Su auto-elevación narcisista dio lugar a nociones infladas del número de sus enemigos.[14] Su toma del dinero de la gente y los castigos draconianos que impuso son los comportamientos de un depredador. En última instancia, ese castigo incluía beber Kool-Aid con cianuro, que mató a más de 900 de sus seguidores, un testimonio de lo profundamente peligroso (narcisista + paranoico + depredador) que realmente era.[15]

Es triste decirlo, no es tan raro identificar a alguien con múltiples tipos de personalidad, especialmente cuando se estudian líderes en grupos de odio o cultos. La historia reciente nos da varios. David Koresh, líder de la Rama Davidian, era similar en muchos aspectos a Jim Jones: narcisista y paranoico, con rasgos del depredador. Pero también lo es el líder de culto polígamo Warren Jeffs. Hasta su arresto, el culto de Jeffs había sido un caldo de cultivo personal que le permitía tener relaciones sexuales con niñas menores de edad, con la ayuda de sus madres cómplices. Se ajusta a los criterios para las características clave del narcisismo al creer que Dios lo llamó a hacer esto y que las leyes "terrenales" no se aplican a él, y que no siente remordimiento por las cosas despreciables que hace, como cree el depredador. Último, [16] Él tipifica a las personas que tienen los tres tipos de personalidad (narcisista + depredador + paranoico): egoísta, manipulador, abusivo y temeroso.

Quizás ninguna discusión sobre esta tríada de la personalidad estaría completa sin mencionar al fundador de al-Qaeda, Osama bin Laden, cuyo narcisismo extremo y paranoia severa, con sabores del depredador, resultaron en los ataques terroristas del 11 de septiembre en los Estados Unidos.[17] Es difícil exagerar el impacto económico, social y político global que este individuo tuvo en un tiempo notablemente corto (aunque, como muchos de los depredadores más peligrosos, planeó su campaña del 11 de septiembre durante años con una intención decidida). Con los terroristas que poseen este nivel de grandiosidad, uno tiende a encontrar pocos actos terroristas, pero los que suceden son enormes, es decir, los eventos que sienten son dignos de ellos.[18] Si son carismáticos e inteligentes, pueden construir planes elaborados y reclutar otras personalidades peligrosas para llevar a cabo el trabajo de acuerdo con sus habilidades particulares: depredadores viciosos que se emocionan al matar, o personalidades paranoicas cuyo miedo y odio los hacen flexibles y susceptible de ser llamado a convertirse en terroristas suicidas.

EL MONTY COMPLETO: CUATRO PERSONALIDADES PELIGROSAS

Es posible conocer a alguien que tiene las características básicas de las cuatro personalidades peligrosas en diversos grados. Como probablemente pueda imaginar, esto lo convierte en un individuo altamente destructivo e inestable. El estrés y otros factores pueden llevar a este individuo a los extremos más extremos y peligrosos del espectro dentro de cualquiera de las cuatro patologías. Hitler ciertamente exhibió muchas de las características del depredador, el narcisista, el paranoico y la personalidad altamente inestable emocionalmente cuando la marea se volvió contra él en la Segunda Guerra Mundial y se acercaba al final de su vida.[19]

Puede pensar que es raro encontrar a alguien que combine los cuatro tipos, pero se sorprendería de cuántas personas son así. A veces hacen daño en un vecindario, en una oficina o en un pueblo cercano, y no escuchamos sobre eso. O si escuchamos acerca de esto después de haber forjado su particular tipo de caos, rara vez alguien hace una autopsia psicológica y concluye: "Esto y lo otro hizo estas cosas porque eran una combinación de estos tipos de personalidad". Es una lástima, porque si

bien realizamos autopsias para establecer la forma y la causa de la muerte, rara vez se realizan autopsias psicológicas en estos casos, lo que podría educarnos sobre los peligros reales que existen.

Si alguien afirma que es poco probable que una persona pueda tener las características agudas de los cuatro tipos de personalidad peligrosos, recuerde al dictador ugandés Idi Amin. Tenía todas las características agudas que estamos describiendo aquí en cantidades variables. ¿Siempre fue así?[20] No lo sé. Y una vez más, ¿importa si eso es lo que se convirtió al final? A las decenas de miles de ugandeses que torturó o mató y a sus familiares sobrevivientes tampoco les importa. Lo que importa es que, en algún momento, algo hizo clic y esos rasgos de comportamiento se convirtieron en la esencia de su personalidad, y el daño que hizo fue horrible.

Pero estas personalidades no tienen que matar o herir a cientos o miles. ser peligroso Este tipo de personalidad puede vivir en su vecindario, muy cerca de usted. En su diario, la esposa y madre de Utah, Susan Powell, detallaron algunas de las cosas que su esposo, Josh Powell, estaba haciendo que la preocupaban. En 2008, incluso notó que, si ella moría, no sería un accidente. Sintió que estaba en peligro, pero actuó muy lentamente por temor a que su esposo se llevara a sus hijos.[21] Era una buena observadora, pero dudaba y era reacia a ver claramente el peligro porque tenía poco para ayudar a validar sus observaciones. Ella esperaba que su fe y la iglesia mejorarían las cosas.[22] Su piadosa esperanza no la salvó ni la salvará, ni te salvará de una personalidad peligrosa.

Al final, Susan Powell desapareció misteriosamente en 2009. Ella es, como ella misma predijo, presuntamente muerta. El esposo Josh fue inmediatamente investigado y con razón, ya que son principalmente los cónyuges quienes lastiman a los cónyuges. Cuando la investigación se hizo más intensa y se centró en él, Josh se alejó.[23] Finalmente, en 2012, cuando los trabajadores sociales llegaron a la casa, Josh mató a sus hijos con un hacha y luego a él mismo prendiendo fuego a la casa.[24]

Por lo que han dicho los testigos y por los escritos de Susan Powell en su diario, Josh tenía rasgos de una personalidad paranoica y emocionalmente inestable, así como los de un depredador y un narcisista. Ella no podía hacer nada sin su permiso; tenía derecho a hacer lo que quisiera; él la atacaría a voluntad, sin inmutarse por su crueldad hacia ella; y él la vigilaba y le preguntaba con quién hablaba. Era tan malo que tuvo que llamar a familiares y amigos desde el trabajo, para que él no lo supiera.

Desafortunadamente, nadie le había dicho a Susan que estaba casada con un hombre con estos peligrosos rasgos de personalidad. Por lo que puedo decir, ella recibió poca o ninguna orientación sobre personalidades peligrosas y lo que puede esperar de ellos. Aun así, de alguna manera, percibió que estaba lidiando con una personalidad peligrosa, porque comenzó a escribir sobre eso en su diario, sintiendo que su vida estaba en peligro.

Se desconoce el paradero de Susan Powell. Lo más probable es que la mataron a manos de su marido. Susan percibió perceptivamente cuán peligroso se basaba su esposo en sus comportamientos; ella simplemente no tenía una confirmación confiable y una guía autorizada para decirle que corra, salga, busque ayuda, ahora. Pero lo hace.

CUANDO PERSONALIDADES PELIGROSAS SE UNEN A LAS FUERZAS

¿Alguna vez se preguntó por qué los prisioneros, cuando son liberados, tienen prohibido asociarse con otros delincuentes convictos? Es porque la experiencia nos ha enseñado que cuando las personalidades peligrosas se asocian con otras personalidades peligrosas, aumenta el riesgo para la sociedad (y para ellos mismos). Aquí hay algunos ejemplos históricos de lo que sucede cuando aparecen personalidades peligrosas:

- Frank y Jessie James fueron notorios ladrones de trenes y bancos en la década de 1860 que mataron y asesinaron sin remedio su camino a la infamia.

■ Al igual que los hermanos James, Robert LeRoy Parker (Butch Cassidy) y Harry Alonzo Longabaugh (Sundance Kid), junto con la pandilla Wild Bunch, fueron ladrones de trenes y asesinos a fines del siglo XIX y principios del siglo XX.

■ Bonnie Parker y Clyde Barrow (Bonnie y Clyde) eran ladrones de bancos y asesinos, y no son tan buenos como se los retrata en las películas.

■ Charles Manson y su colección de aduladores a los que llamó su "familia" robaron, robaron y mataron sin dudar ni arrepentirse.

■ Angelo Buono Jr. y Kenneth Bianchi (los estranguladores de la ladera) eran dos primos que violaron, torturaron y asesinaron a mujeres y niñas de entre 12 y 28 años a fines de la década de 1970 en California.

■ Charles Ng y Leonard Lake en Wilseyville, California, mataron sádicamente en algún lugar entre 11 y 25 víctimas, incluidos dos bebés, en la década de 1980. Algunos de estos eventos fueron grabados en video dentro de la cámara de tortura que habían construido.

■ Henry Lee Lucas y Ottis Toole juntos mataron quizás a más de 100 personas en todo Estados Unidos a principios de la década de 1980 y durante un período de 7 años. Fue Toole quien admitió haber matado a Adam Walsh, de 6 años, en 1981 con un machete. El padre de Adam, John Walsh, se convirtió en el anfitrión del famoso programa televisivo de resolución de crímenes America's Most Wanted, y el caso de Adam Walsh creó conciencia sobre los riesgos planteados por personalidades peligrosas y estimuló el paso en los Estados Unidos de Adam Walsh Child Protection and Safety Ley de 2006, que condujo a la creación del Registro Nacional de Delincuentes Sexuales, entre otros avances en el esfuerzo por proteger a los niños de las personalidades depredadoras.[25]

■ Eric Harris y Dylan Klebold mataron a 12 estudiantes y un maestro e hirieron a otros 23 antes de suicidarse en la escuela secundaria Columbine.[26]

■ John Muhammad y Lee Boyd Malvo dispararon al azar y mataron a 13 personas en el área de Washington, Virginia y Maryland en 2002 usando un rifle de francotirador y mientras estaban ocultos en la cajuela de su automóvil.

Y eso son solo algunos. Ya es bastante malo cuando estas personalidades actúan solas, pero cuando colaboran, realmente nos ponen en peligro, ya que tienden a alimentarse y nutrirse mutuamente para hacer aún más daño. En el caso de Muhammad y Malvo, se catalizaron mutuamente en un frenesí asesino de 3 semanas que aterrorizó a una de las capitales mejor protegidas del mundo, Washington, DC, y durante un tiempo parecieron imparables.

PONIENDOLO TODO JUNTO

Espero que este capítulo le haya ayudado a comprender cómo usar las listas de verificación en combinación para evaluar a aquellos cuyo comportamiento le hace detenerse o le está causando sufrimiento a usted u otros, ya sea que lo escuche en las noticias o lo experimente en su vida.

En pocas palabras: cuando alguien tiene características de más de una personalidad peligrosa, estas características combinadas se potencian entre sí, haciendo que esta persona sea mucho más compleja, mucho más inestable y potencialmente más peligrosa. Cuanto más alto sea el puntaje de dichos individuos en las listas de verificación, mayor será su complejidad, inestabilidad y peligrosidad. Incluso si una persona tiene un puntaje bajo en todos los ámbitos, todavía está hablando de alguien que agravará, irritará, frustrará, asustará o de otra manera vaciará su copa; en resumen, una persona peligrosa que desea evitar si valora su mentalidad psicológica y mental., salud emocional, física o financiera.

Si bien las listas de verificación no predicen con precisión qué hará alguien, le dan una idea de la trayectoria del comportamiento de esa persona. El comportamiento de nadie puede predecirse; todos somos demasiado complejos para eso. Pero recuerde, el mejor predictor del comportamiento futuro es el comportamiento pasado. Y dado que las personalidades peligrosas tienen fallas tanto en el carácter como en la

personalidad, es probable que no tomen medidas para mejorar. Por lo tanto, es probable que la trayectoria de su comportamiento permanezca igual o empeore, según las circunstancias.

Si las listas de verificación no son útiles y necesita evaluar a alguien rápidamente, hágase las siguientes cinco preguntas:

❶ ¿Me afectan emocionalmente de manera negativa?

❷ ¿Hacen cosas ilegales, erráticas, poco éticas o que desafían las normas sociales?

❸ ¿Hacen cosas que son explotadoras o manipuladoras?

❹ ¿Hacen cosas que son peligrosas?

❺ ¿Hacen las cosas impulsivamente con poco control o con poca disposición para retrasar la gratificación?

Cuantas más respuestas sí tenga, más probable es que esté tratando con alguien que combina rasgos de más de un tipo de personalidad peligrosa. Las listas de verificación lo ayudarán a identificar más específicamente el tipo de persona con la que está tratando y dónde esta persona cae en el espectro de gravedad.

Otro consejo: consulte las "Palabras que describen"... " secciones de los capítulos 1 a 4 y encierra en un círculo las palabras que se sientan como la pareja adecuada para esta personalidad. Esas palabras por sí solas han ayudado a muchas personas a validar que lo que están experimentando es similar a lo que otras víctimas han experimentado.

En su obra histórica El archipiélago de Gulag, Aleksandr I. Solzhenitsyn, quien arrojó tanta luz sobre los horribles abusos del imperio soviético y sus líderes, advirtió que puede llegar un punto en el que un humano cruce la línea en lo que él llamó "malvado". "[27] Hubo un tiempo en que Ted Bundy no estaba interesado en matar estudiantes universitarios, pero en algún momento cruzó esa línea y nunca regresó. Muchos pueden preguntar cómo o por qué sucedió. Algunos pueden recordar cuando esta persona no era así. Estos son puntos válidos de curiosidad; pero usted y yo vivimos en

el presente, y lo único que importa es cómo es esta persona ahora y si él o ella representa un peligro para usted y sus seres queridos. Eso es todo lo que me importa, y ese es mi propósito al escribir este libro.

CAPÍTULO 6
AUTODEFENSA CONTRA PERSONALIDADES PELIGROSAS.

PROBABLEMENTE SABES LA HISTORIA de cómo hervir una rana. Si lo pones en agua hirviendo, saltará. Pero si lo pones en agua tibia y aumentas lentamente la temperatura, la rana ni siquiera sabrá que está hirviendo lentamente.

En el FBI, cuando entrevistamos a personas que habían sido víctimas de una personalidad peligrosa, escuché versiones de este estribillo una y otra vez: "Cuando me di cuenta de lo que estaba sucediendo, ya era demasiado tarde".

Nuestra capacidad de adaptación es un poderoso mecanismo de supervivencia. Pero con personalidades peligrosas, podemos hervir hasta morir antes de darnos cuenta de que estamos en aguas calientes.

Afortunadamente, somos mucho más inteligentes que esas ranas. Podemos aprender a estar atentos a quienes nos pueden hacer daño y tomar medidas para protegernos. Aun así, tengo que ser sincero, hasta que asistí a la Academia de Policía de Utah y la Academia del FBI, realmente no sabía cómo se comportaban los delincuentes. La televisión me había dado una visión limitada, pero ciertamente no examinó las cuatro personalidades peligrosas que hemos explorado en estos capítulos y cómo se comportan esas personalidades.

Escribí este libro para compartir lo que aprendí de la experiencia a través de décadas de capacitación y estudio y de hablar con las víctimas. Quería compartir esto con ustedes porque sé que no van a recibir la capacitación que recibí, ni tendrán un oficial de policía o un profesional de salud mental constantemente a su lado para ayudarlos. Ninguno de nosotros lo hacemos.

Hay miles de centros de llamadas suicidas en todo el país, y hay muchos centros de cónyuges maltratados. Pero no hay un centro al que puedas llamar cuando tienes sospechas de una personalidad peligrosa. Así como depende de nosotros "mirar antes de cruzar", depende de nosotros, individualmente y como padres o gerentes, estar atentos, tener conciencia de la situación, evaluar amenazas y peligros, tomar las medidas apropiadas para prevenir peligros individuos de entrar en nuestras vidas y tratar con ellos si lo hacen. No quiero que seas esa rana que piensa que todo está bien, sin darse cuenta de que la temperatura está subiendo 1 grado cada hora.

Este libro es solo parte de la ecuación. Existen otros libros excelentes, como el clásico de J. Reid Meloy, Evaluación de riesgos y amenazas de violencia; Defectos fatales por Stuart Yudofsky, MD; La personalidad criminal de Samuel Yochelson y Stanton E. Samenow; Sin conciencia por Robert Hare; y The Gift of Fear de Gavin de Becker; junto con otros enumerados en la Bibliografía. Muchas personas pueden ayudar, y espero que recurra a la sección Recursos seleccionados que sigue para ver algunas de las diversas organizaciones preparadas y dispuestas a ayudarlo. Cuanto más aprenda y más solicite apoyo, mejor equipado estará.

Lo que sigue son mis ideas personales basadas en décadas de experiencia en la aplicación de la ley y la elaboración de perfiles criminales. Tenga en cuenta estas ideas, teniendo en cuenta que mi perspectiva es la de un ex agente de la ley y un perfilador criminal; no es la misma perspectiva que la de un profesional de la salud mental. Es sabio considerar lo que tienen que decir también. Esta es mi contribución a la literatura y mis opiniones; Esta no es, y no puede ser, la última palabra sobre el tema.

PRIMERAS COSAS PRIMERO: REALIDAD

Cuando las personas se enfrentan a una personalidad peligrosa, el consejo bien intencionado que escuchan generalmente es una versión de “Intenta hablar con él; intenta conseguirle ayuda; intentan resolver las cosas juntos; dale otra oportunidad. Nicole Brown Simpson, ex esposa de OJ Simpson, hizo todo eso. Ella está muerta. Creo que este es un buen consejo cuando se trata de problemas interpersonales comunes. Pero

cuando se trata de las cuatro personalidades peligrosas en este libro, las cosas son un poco diferentes.

En primer lugar, como se mencionó en capítulos anteriores, estas personalidades generalmente no creen que haya nada malo en ellas. Por lo tanto, sus esfuerzos por presentarles esa realidad generalmente reciben este tipo de reacción: “No tengo ningún problema; eres el problema "o" No sabes de qué estás hablando "o" ¿Quién te dijo que tengo un problema? Estoy bien "o" ¿Con quién has estado hablando? ¿Qué les has dicho? Hay otras reacciones; Estos son algunos de los mejores.

No digo que no debas tratar de hablar. Tal vez son lo suficientemente bajos en el espectro de comportamiento que pueden estar dispuestos a buscar ayuda sin arremeter contra usted. Pero no se sorprenda si dicen que buscarán ayuda, pero luego no lo hacen, o si van una vez y nunca regresan. Digo esto porque he hablado con decenas de personas que me dicen que esto es lo que sucedió.

Recuerde, estos individuos tienen defectos de carácter y personalidad, por lo que los narcisistas pueden explotar con rabia porque se ven a sí mismos como perfectos y usted sugiere lo contrario. Lo emocionalmente inestable arremeterá porque esa es la naturaleza de este individuo. El depredador definitivamente no ve nada malo en sí mismo y puede volverse violento por capricho ante la mera sugerencia de que busque ayuda, mientras que la personalidad paranoica ahora puede verte como un "enemigo" confirmado y confiar aún menos en ti. Por eso digo que ofreciendo la sugerencia de buscar ayuda de salud mental Los profesionales o un consejero son un buen enfoque para la mayoría de las personas con problemas, pero con personalidades peligrosas, realmente hay que tener cuidado, porque hacerlo puede ser muy peligroso.

Por ejemplo, si elige confrontarlos y sugerir que vean a un profesional, sepa que esto tendrá que hacerse con delicadeza, minimizando cualquier ofensa, y tenga en cuenta que puede haber graves repercusiones. Creo que vale la pena intentarlo solo si crees que puedes hacerlo de manera segura. Solo tú conoces tu situación. No dejes que nadie te convenza arrogante de

que lo hagas, y luego eres tú quien recibe un puñetazo en la cara o tienes que vivir en el infierno durante el próximo mes.

Hay profesionales que se especializan en tratar los trastornos de la personalidad y el comportamiento criminal. Algunos se enumeran en el capítulo Recursos seleccionados. Recuerde siempre que arreglar a las personas es un arte y una ciencia que es mejor dejar a los profesionales, pero incluso ellos no pueden arreglar a algunas personas. Las personalidades peligrosas, como he descrito, carecen de introspección y dedicación para mejorar sus comportamientos, por lo que será una batalla cuesta arriba que deben enfrentar los profesionales (profesionales de la salud mental, no usted o yo) e, incluso entonces, no hay garantías de éxito, ya que estas personalidades peligrosas son prácticamente inmunes o resistentes al cambio.

Tenga especial cuidado con las personalidades que han cruzado la línea desde el lado irritante y nocivo hasta el lado más virulento, inestable o criminal del espectro. Personas como Ted Bundy, Henry Lee Lucas, John Wayne Gacy o Jerry Sandusky no hacen cola en la clínica local de salud mental que quieren enfrentarse a sus demonios. No lo hacen porque no creen tenerla, incluso cuando matan o violan. Es un juego de pelota completamente diferente cuando se trata de conseguirles ayuda. Una vez que han cruzado a la arena criminal o son irracionales o inestables, es hora de que te alejes, salgas y te alejes. Suena duro, pero es el mejor consejo que puedo darle de toda una vida de experiencia.

COSAS QUE PODEMOS HACER CADA DÍA

Con los años, he hablado con expertos sobre lo que podemos hacer todos los días para protegernos. Esa es una de las preguntas más importantes que podemos hacer. La lista a continuación no incluye todo, y hay muchos libros que detallan más sobre el trato con personalidades tóxicas o peligrosas. Sin embargo, espero que encuentre alguna guía aquí y que estas tácticas lo ayuden, ya que han ayudado a otros en situaciones similares a mantenerse a salvo.

Adquirir conocimientos

Louis Pasteur, el químico y microbiólogo francés que, entre otras cosas, nos dio pasteurización, dijo con cierta autoridad: "El azar favorece la mente preparada". Él estaba en lo correcto. Hasta ahora, ha leído los capítulos anteriores y está familiarizado con las cuatro personalidades peligrosas y las listas de verificación que lo acompañan. (Y muchas veces he escuchado a la gente decir: "¡Guau, conozco a alguien exactamente así!") Ahora que te has sensibilizado sobre los rasgos de personalidad de estas personalidades peligrosas, estás mejor preparado para tratar con estas personas y Mejore sus posibilidades de mantenerse a salvo.

Estas listas de verificación se crearon no solo para ayudarlo a evaluar a las personas en su vida que le preocupan; También están allí para educar. Pueden servir como recordatorios de cómo estos individuos manipulan; tirar de cuerdas emocionales; insinuarse en la vida de las personas contra su voluntad; abusar de otros física o mentalmente; mentir, engañar, robar o participar en comportamientos riesgosos que causan estragos; o poner a otros en peligro o realmente victimizarlos. Incluso si nunca relees este libro en su totalidad, al menos revisa periódicamente las cuatro Listas de verificación de personalidades peligrosas para recordarte que estas son las personas que debes evitar y por qué.

No solo mires: observa

Cuando era joven, iba a la playa todos los fines de semana en Miami. Había muchos turistas allí desde Europa, y sus niños pequeños a menudo se bañaban desnudos en la playa, como era su costumbre. A menudo veía a un hombre cerca, vestido con ropa de calle, tomando fotografías. Pensé que era un fotógrafo profesional, con su gran bolsa de lentes y película de 35 milímetros. Se interesaba mucho por fotografiar a los turistas, pero a menudo se acercaba a fotografiar a sus hijos mientras jugaban en las olas o construían castillos de arena. No pensé nada de eso en ese momento; Estaba más interesado en sus cámaras, que sabía que mis padres no podían pagar.

Lo que estaba viendo, a los 11 años, era un fotógrafo. Lo que no estaba observando era un pedófilo en acción. Estaba ciego a lo que estaba sucediendo porque nadie me había enseñado qué buscar; nadie había

señalado que así es como se comporta un depredador sexual o un pornógrafo infantil. No fue hasta años más tarde, mientras estudiaba delitos sexuales, que me di cuenta de lo que había visto, pero no observado, porque no estaba mentalmente preparado.

Después de que ocurre un crimen horrible, ¿cuántas veces hemos visto a un periodista preguntarle a un vecino del acusado "qué tipo de persona" era esta persona, solo para escuchar alguna variación de "Era un buen tipo"? Hace casi 40 años, cuando los investigadores estaban desenterrando el 26 ° cuerpo debajo de la casa de John Wayne Gacy en Illinois, su vecino, fiel a su forma, les dijo a los periodistas lo "gran tipo que era".[1] Nada ha cambiado. La gente ve, pero no observan. De hecho, puede estar empeorando. La próxima vez que esté en un espacio público, mire a su alrededor: las personas ahora tienen sus rostros enterrados en las pantallas de sus teléfonos inteligentes, a menudo hasta el punto de chocar con otros, y sus oídos están obstruidos por auriculares o auriculares. Es difícil ver o escuchar a un acosador mientras caminas hacia tu auto si tus ojos están pegados a una pantalla, estás en una llamada o tienes la música puesta. Pero mira cuántas personas hacen precisamente eso. Y los depredadores por ahí lo saben.

Deje que este libro y las listas de verificación sirvan como su entrenamiento informal para prepararlo para observar. Sus poderes de observación pueden recorrer un largo camino hacia su seguridad y la de sus seres queridos. Como dijo el renombrado criminólogo y biometrista francés del siglo XIX, Alphonse Bertillon, "Uno solo puede ver lo que uno observa, y uno solo observa las cosas que ya están en la mente".

Confíe en sus sentimientos: ¿cómo le hace sentir esta persona?

En el Capítulo 4, escribí acerca de escuchar el ruido de mi arma mientras mi cuerpo temblaba en reconocimiento de un depredador social. Tenemos un sistema de alerta interna que nos dice que estamos en peligro, si solo lo escuchamos. Esté atento a cómo lo hacen sentir los demás: este es un criterio clave que los expertos a menudo pasan por alto. Conéctese a sus reacciones físicas a las personas y situaciones: apretar el intestino, pinchazos en el cabello, enrojecimiento de la piel, náuseas, ansiedad o

simplemente un vago malestar. Agradezca estos sentimientos, porque son mensajes de nuestro cerebro a nuestro cuerpo: "Tenga cuidado, esta persona podría ser una personalidad peligrosa". Agradezca ese "don del miedo" sobre el que Gavin de Becker escribió tan elocuentemente en su libro del mismo título, un libro que todos deberíamos leer.

Conoce la diferencia entre amabilidad y bondad

El asesino en serie Ted Bundy se ofreció a ayudar a las mujeres jóvenes a llevar sus compras. El depredador sexual y asesino en serie John Wayne Gacy literalmente hizo el payaso para los niños del vecindario. El pedófilo convicto Jerry Sandusky realizó programas deportivos para jóvenes con problemas. Todos podían actuar bien (estas personas generalmente saben cómo hacerlo bien), pero a puerta cerrada no eran buenos ni buenos; Eran malvados.

Un problema con la sociedad es que estamos inclinados a atribuir bondad a las personas que no lo merecen. Como mencioné en capítulos anteriores, las personalidades peligrosas saben cómo ser amables, pero no son buenas.

Cuando era muy joven, mi madre me enseñó una versión en español de esta sabiduría: " Ventajeros no son buenos ", que significa: aquellos que hacen cosas buenas para obtener ventajas o beneficios (oportunistas) no son realmente buenas o buenas personas. Años más tarde, aprecié la variante de Gavin de Becker: "La amabilidad no es la bondad".[2] Necesitamos reconocer la diferencia y enseñar a nuestros hijos esta valiosa lección.

Es la capacidad de pensar y preocuparse constantemente por las necesidades de otra persona, como lo hace un buen padre para un niño. La amabilidad se trata realmente de acciones que cualquiera puede realizar. La bondad se trata de carácter e intenciones. Cuando evaluamos la bondad, estamos evaluando las intenciones detrás de los comportamientos. Enseñe a sus hijos la diferencia.

Control de espacio y distancia

Use la distancia como una barrera para mantenerlo a usted y a los suyos a salvo. Paredes, cercas, portones, puertas, ventanas de automóviles, configuraciones parentales en una computadora, todo está ahí para ayudarlo a mantenerse seguro. A veces, nosotros mismos tenemos que crear esa distancia y barrera. No desea que una persona esté demasiado cerca de usted en el cajero automático o que lo siga a su automóvil. Tampoco quieres que tu pareja íntima discuta contigo a 3 pulgadas de tu cara. El espacio y la distancia, así como las barreras, pueden ayudarlo a mantenerse a salvo. Recuerde, los depredadores intentan controlar su espacio, cuerpo, mente, dinero o emociones. El espacio y la distancia pueden ayudar a evitar que lo logren.

Tiempo de control: ralentizar las cosas

Las personalidades peligrosas usan el tiempo para aprovecharse de usted. Crean urgencia o quieren que actúe rápidamente para atraerlo: casarse, contratarlos, firmar el contrato, escribir el cheque, dejarlos entrar o adoptar sus creencias. Retrasa las cosas. Cree amortiguadores de tiempo para que pueda pensar y reflexionar sin presión. Esta es una pista: si se está usando el tiempo para presionarlo, si siente que está siendo apresurado, entonces algo está mal. Cuando las personas realmente se preocupan, no quieren que te apures.

Las personalidades peligrosas también pueden usar el tiempo para desgastarte, usando persistencia, argumentos repetidos o incluso amenazas cada vez más graves. Si siente que alguien está tratando de desgastarlo, distanciarse o detener su interacción de manera más definitiva. Aquí es donde los aliados empáticos en los que puede confiar pueden ser de ayuda para reunirse a su alrededor, si es necesario (consulte “Hacer alianzas de apoyo”, discutido más adelante en este capítulo).

Cortar las cuerdas emocionales

Si estás cerca de una persona que está tirando de tus hilos emocionales (o tratando de hacerlo), algo está mal. La gente cariñosa no hace eso. Las personalidades peligrosas son titiriteros sociales: saben qué decir y hacer para tirar de tus emociones. Pueden amenazar con irse o suicidarse, o le

dirán que quedarán devastados si no hace esto o aquello. O, como un niño pequeño, pueden ponerse de mal humor y llorar y quejarse, tratando de hacer que hagas lo que quieren. Simplemente deténgase y recuérdese a sí mismo: cuando sus emociones están siendo arrastradas, significa que alguien está tirando intencionalmente esas cuerdas. Esto es manipulación. No quieres pasar tu vida siendo manipulado por alguien. Toma el control de tu vida lejos de las personalidades peligrosas que actúan como titiriteros. Reconocer lo que están haciendo, establecer límites,

Evaluar cuánto / con qué frecuencia

Cuando se trata de personalidades peligrosas, los comportamientos que observamos y cómo se muestran esos comportamientos a menudo nos dan pistas sobre dónde están las personas en su continuo o espectro de personalidad peligrosa individual, así como proporcionan una idea de cuán peligrosos son o si son una combinación de tipos de personalidad peligrosos (ver Capítulo 5) Esto significa que todos obtienen un pase si tienen uno o dos comportamientos que se destacan de vez en cuando. Después de todo, como he mencionado, cualquiera puede tener un mal día. Pero si los comportamientos anotados en las listas de verificación ocurren repetidamente, si estos comportamientos aumentan con el tiempo, o si te están afectando emocional o físicamente, presta atención. Recuerde: cuando se trata de personalidades peligrosas, la permisividad de su parte se considera una debilidad o una luz verde para continuar haciendo más de lo mismo.

Sepa que la hora y la ubicación importan

Una vez trabajé en un caso en Tampa donde se encontró a una joven violada y estrangulada en los arbustos a solo 12 pies de una carretera principal. El análisis de su modus vivendi (cómo vivía) reveló lo siguiente: en algún momento durante la noche en que desapareció, se quedó sin cigarrillos (encontramos todas las cajas de cigarrillos en su apartamento vacías). Se dirigió a una tienda de conveniencia abierta toda la noche a dos cuadras de distancia, donde compró cigarrillos y se fue alrededor de las 11:10 pm, la cámara de vigilancia de la tienda la capturó haciendo la compra y saliendo sola. En algún momento después de eso, mientras

caminaba a casa, fue atacada (heridas de defensa en sus brazos), violada (semen dentro y dentro de ella) y asesinada (ligadura alrededor del cuello). Según el empleado de la tienda de conveniencia que le había servido, ella había ido a la tienda a comprar cigarrillos u otros artículos muchas veces en el pasado. Todavía había poca luz y había muchas personas y automóviles pasando. Este solo cambio alteró su situación de una joven trabajadora que realizaba un recado después del trabajo para asesinar a la víctima.

Puede pasar de ser una víctima de bajo riesgo a ser una víctima de alto riesgo simplemente cambiando la hora del día y su ubicación. La violencia interpersonal aumenta entre las 8:00 p. M. Y las 2:00 a. M. Cuando se trata de alcohol y drogas, la violencia aumenta. Conocemos estos hechos desde la década de 1960, pero la gente parece ignorar esta realidad.

Esto no significa que no deba salir después de las 8:00 p.m., pero sí significa que debe tener mucho cuidado. Un acto simple a las 11:00 de la mañana puede ser mortal a las 11:00 de la noche.

Hazte poco atractivo para personalidades peligrosas

Los depredadores a menudo eligen sus objetivos según cómo caminan. Cuando estés fuera de casa, mira a tu alrededor; presta atención; mira a las personas directamente; hazles saber que los ves, o incluso que estás en ellos. Camine con propósito y decisión (buen balanceo del brazo), no pasivamente: los depredadores aman a los caminantes pasivos y desatentos. Tráfico frontal no dejes que el tráfico llegue detrás de ti. Cuando camine hacia su automóvil, evite hablar por teléfono e intente mantener una mano libre. Debe evitar callejones o estar demasiado cerca de la calle si camina solo. En áreas rurales o donde hay mucha vegetación, busque lugares donde alguien pueda esconderse.

Échales un vistazo

La diligencia debida es un término utilizado en los negocios que implica verificar si las personas son quienes dicen ser, si son confiables o si hay algún problema. Ya sea que lo llamemos diligencia debida, "verificar la confiabilidad", o ver si están "en alza", necesitamos hacer esto con

aquellos que conocemos en nuestras propias vidas. Es sorprendente cuántas personas traen a alguien a casa, dejan que un extraño cuide a su hijo o permiten que alguien maneje sus finanzas sin verificar las referencias. Las personas se casan solo para descubrir más tarde que su cónyuge todavía está casado con otra persona, es un criminal buscado o (como vimos en la historia de "Clark Rockefeller" en el Capítulo 1) es un impostor completo.

Las personas deberían pasar más tiempo para saber con quién están saliendo o casándose que investigando su próximo electrodoméstico de cocina. ¿La información personal de este individuo (nombre, dónde creció, dónde fue a la escuela) se verifica? ¿Has conocido a su familia? ¿Realmente trabaja donde dice que lo hace? ¿Ha estado casada antes? Parece mucho por hacer, pero a estas alturas ya has escuchado muchas historias de cómo se ha aprovechado o violado la confianza en las personas. Si no hace la diligencia debida, realmente conoce a las personas, lo hace bajo su propio riesgo.

No esperes demasiado

No esperes demasiado para actuar. Si siente algo negativo, incluso desde el principio, actúe en consecuencia. Tal vez Natalee Holloway sintió que algo andaba mal al final de la noche en Aruba, pero si lo hizo, sería demasiado tarde: para entonces sus amigos se habían ido y ella estaba en un país extranjero rodeada de hombres desconocidos que acababa de conocer. Como recordarán, ella nunca fue encontrada. Tal vez Travis Alexander sintió que algo andaba mal al principio de su relación con Jodi Arias, pero también demoró demasiado en actuar.

Cuando se trata de personalidades peligrosas, es posible que no tenga mucho tiempo para actuar. Si no sabe qué hacer, distanciarse es probablemente el mejor curso de acción.

TRATAR CON PERSONALIDADES PELIGROSAS

Obviamente, lo mejor que podemos hacer es evitarlos, pero a veces no podemos. Quizás nos encuentren o nos encontremos con ellos por una variedad de razones, incluidos viajes, matrimonio y trabajo, o tal vez uno

sea un pariente. Cualquiera sea la razón, si crees que estás en presencia de una personalidad peligrosa, cuídate primero. Espero que estas estrategias ayuden.

¿Quién es este?

Use las Listas de verificación de personalidades peligrosas para tener una mejor idea de con quién está tratando. Si no puede hacer eso, entonces al menos revise su memoria de las listas de verificación e intente ver dónde encaja esta persona. Hacer esto le dará una idea de cuán grave es realmente su situación y qué medidas de protección debe tomar. Dicho esto, sin embargo, nunca se demore si siente que está en peligro. Si ve a un hombre con una pistola en un pasillo, no necesita estas listas de verificación, solo corra. Pero a veces, como he señalado en capítulos anteriores, no es tan obvio, por ejemplo, cuando los estafadores que hablan sin problemas obtienen la información de la cuenta bancaria de su abuela.

Situaciones complejas

Puede saber que su esposo es un mentiroso y un tramposo y que es abusivo, pero cuestiones como la familia y las finanzas realmente pueden complicar las cosas. Sí, es una personalidad peligrosa y tiene un puntaje alto en dos de las Listas de verificación de personalidades peligrosas, pero tal vez le resulte difícil abandonarlo por razones válidas. Si se trata de una situación laboral, tal vez necesite el dinero, tal vez el jefe desagradable sea un pariente, o tal vez no pueda irse hasta que pueda ahorrar más dinero. He escuchado todas estas cosas muchas veces, y lo entiendo. Ser realista sobre su situación para que pueda lidiar con ella.

Francamente, cuanto más compleja es la situación, más ayuda necesitará. También puede llevar más tiempo salir, pero si las cosas se intensifican, especialmente el nivel de amenaza y la violencia, es posible que no tenga otra opción. Todos los pilotos militares que conozco quieren salvar su avión, pero en algún momento no hay nada más que un piloto pueda hacer y tiene que expulsar para salvarse. Lo mismo nos puede pasar en la vida.

Si se trata de un problema de empleo, vea si puede transferir o trabajar un turno diferente. Hable con RRHH o con la gerencia y cree alianzas de apoyo; pero al final, puede que tenga que renunciar. Por cierto, estas son todas las cosas que algunas personas que trabajaron para el cofundador de Apple, Steve Jobs, finalmente se vieron obligadas a hacer. Lea la biografía de Walter Isaacson, Steve Jobs, y apreciará que, si bien Jobs era un visionario, también fue mercurial y patológicamente desagradable con su propia gente, durante décadas. Hizo que muchos de sus propios empleados se sintieran angustiados emocionalmente y otros físicamente enfermos. Incluso su socio a largo plazo, Steven Wozniak, finalmente tuvo que renunciar; ya no podía soportar la maldad de Jobs.[3] Eso puede ser algo que tendrá que hacer también porque, como descubrieron estos empleados de Apple, ganar millones no valía la pena para su salud física y mental, nada lo es.

Renunciar a un trabajo es obviamente más fácil que renunciar a un matrimonio donde hay niños y finanzas involucradas. ¿O qué pasa si eres un adolescente y realmente quieres ser emancipado de tus padres porque son tóxicos, están involucrados en drogas o se ajustan claramente a cualquiera de las descripciones de personalidad peligrosas que hemos discutido? Salir puede volverse realmente complicado, pero hay formas.

Si su situación es compleja, realmente necesitará ayuda, y más de lo que cualquier libro puede brindarle. Necesitas profesionales que intervengan y te guíen, te ayuden y te echen una mano. O tal vez las cosas son tan malas que los servicios sociales o la policía necesitan intervenir.

Por supuesto, usa las listas de verificación para confirmar y validar lo que eres experimentando Entonces es hora de hablar con un profesional e involucrarlos. Nunca dudes en ir a un profesional de salud mental o incluso a la policía con este libro en la mano y decir: "Por favor, eche un vistazo a esta lista de verificación, porque mi pareja íntima / mi esposo / mi esposa / mis padres / mi amigo / mi hijo hace todas estas cosas ". Es mucho más difícil ignorar a alguien que viene preparado con documentación.

Y mientras estamos en el tema de la documentación...

Catalogar los comportamientos

Mientras estaba estacionado en Puerto Rico, tenía un jefe que era verbalmente abusivo con todos los que estaban debajo de él. Él gritó y me gritó a mí y a casi todos los demás. Después de que me atacó un par de veces, aprendí mi lección. Así que cada vez que venía a mi oficina o me llamaba a su oficina, me aseguraba de tener mi diario personal conmigo. Tan pronto como comenzó a gritar, comenzaría a escribir. Pronto se detuvo, porque sabía que estaba escribiendo lo que dijo y cómo lo dijo. Aprendí que, para algunas personas, escribir sus palabras y acciones a menudo puede cambiar su comportamiento o evitar un mayor acoso.

Pero algunas personas no son solo gritonas, algunas son más combustibles o violentas. En esos casos, tengo la misma recomendación. Escriba todo lo que hacen por fecha y hora, especialmente si se trata de eventos recurrentes. Te estás haciendo un favor, y puede ahorrarte más adelante, ya sea que la situación ocurra en casa o en el trabajo. Algo tan simple como enviar por correo electrónico los detalles del evento a usted mismo conserva un registro que puede ayudarlo en el futuro.

Si alguien te ataca, te cierra una puerta en la cara, te golpea, te golpea, deja salir el aire de tu neumático, te acecha o comienza a acosarte por teléfono, escríbelo en algún lugar (hora, día, qué sucedió). Siempre vuelvo al ejemplo de Nicole Brown Simpson. Si tan solo hubiera mantenido un diario de cuántas veces OJ la acosó, la llamó, irrumpió en su departamento, la abofeteó, la arrojó al suelo, la golpeó, y siguió y siguió.[4] ¿Qué pasaría si Nicole hubiera acudido a la policía o los fiscales estatales con un diario lleno de entradas y dijera: "Por favor, ¿hagan algo al respecto”? Me gustaría pensar que las cosas habrían resultado diferentes para ella. Nunca asuma que los registros policiales o policiales serán suficientes, no lo harán; Tenemos la responsabilidad de construir un caso también.

He hablado con muchas mujeres que fueron salvadas en sus procesos de divorcio porque entraron con un diario lleno de entradas sobre cómo sus esposos las maltrataban o les robaban. Recuerde: un diario escrito siempre superará la memoria de alguien en cualquier tribunal o en un procedimiento formal. Lo último que un abogado en el lado opuesto quiere

ver es un cónyuge, trabajador o empresario que anotó todos los detalles de manera diligente, caso terminado.

Hacer alianzas de apoyo

Cuantas más funciones vea en las Listas de verificación de personalidades peligrosas, más necesitará comunicarse con otros para establecer o profundizar alianzas de apoyo. Asegúrese de que todos en su familia sepan cómo está siendo maltratado o con qué tipo de persona está tratando. Dígales a sus vecinos, dígale a su cantinero, hable con su entrenador o maestro de gimnasia, asegúrese de que sus amigos sepan cómo es ser atormentado o maltratado por esta persona. Desea que las personas de su lado llamen, se registren, visiten, estén vigilantes y validen su experiencia. Puede llegar un momento en que de hecho tengan que intervenir para ayudar.

¿Recuerdas la historia que compartí en el Capítulo 1 de la mujer que se vio obligada a sentarse en el suelo con sus hijos? Por increíble que pareciera, finalmente se validó cuando un amigo que había sido informado lo visitó y lo presenció de primera mano.

Resistir aislamiento

Cualquier persona que busque aislarte físicamente es un peligro potencial. Si entras en una relación, un grupo, una organización o un culto y sientes que esta persona está tratando de aislarte de tu familia, amigos, compañeros de trabajo o personas con las que te sientes cómodo, estás tratando con una personalidad peligrosa. Si las personas se preocupan por ti, quieren que prosperes y seas feliz, que estés con tus amigos. Si quieren mantenerte alejado de los demás (y tienen todo tipo de formas de lograrlo, incluso usando la culpa o avergonzando a tus amigos y familiares), solo ten en cuenta que las personalidades peligrosas usan el aislamiento para el control. Todos, desde Jim Jones hasta Ted Bundy, usaron el aislamiento para controlar a sus víctimas. Evítalo si es posible.

Esto también incluye evitar entrar en vehículos con extraños o con aquellos cuyas intenciones puedan estar en duda. Una vez que esté en un automóvil, el peligro potencial aumenta dramáticamente, mientras que sus

posibilidades de escape disminuyen significativamente. Cualquier intento de forzarlo a entrar en un vehículo debe resistirse gritando, gritando, pateando, mordiendo y rascando por cualquier medio, incluso si la persona tiene una pistola o un cuchillo. El mayor peligro lo espera en el vehículo, no en el exterior, y repito, incluso si la persona tiene un arma, debe evitar entrar en ese vehículo. Como ex agente de la ley y agente especial del FBI, no puedo enfatizar esto lo suficiente.

Establecer límites

Mi padre trabajó durante años en una ferretería donde el dueño era un acosador (narcisista y emocionalmente inestable). Gritó al personal, los reprendió, arrojó cosas contra la pared e incluso gritó a los clientes. Pero nunca trató a mi padre de esa manera. Cuando le pregunté a mi padre por qué no, él dijo: “Porque le dije el primer día: 'Nunca me hables así'. “Las personas a menudo harán lo que les dejas escapar. Establecer límites que son rígidos y no pueden modificarse. Un "no" debe ser absoluto con estos individuos. Dales una pulgada; Ellos tomarán 10 millas. Debe establecer límites claros sobre lo que está permitido y lo que no está permitido, y defenderlos persistentemente. Curiosamente, la personalidad emocionalmente inestable en realidad funciona bien con la estructura, las reglas y las rutinas, por lo que los límites pueden ser útiles allí.

Una vez que haya establecido esos límites, viva por ellos. Son tu línea roja para nunca ser cruzada. Si la persona cruza repetidamente esos límites, tendrá que actuar en algún momento; de lo contrario, él o ella continuará como antes para abusar de usted, agotarle la energía, probar su paciencia, enfermarlo física o emocionalmente o ponerlo en peligro.

Evitar la manipulación

A menudo, las personas se centran en establecer límites contra la victimización, pero no lo hacen contra la manipulación. Sin embargo, la manipulación es con frecuencia el preludio de la victimización, ya que estas personalidades subirán la apuesta repetidamente, lo desgastarán y pedirán un trato especial o favores. Van a llegar tarde; te harán esperar; le pedirán que cambie su horario; querrán que los acomodes una y otra vez. No

premies el mal comportamiento. Cuando el narcisista descubre que la reunión comenzó sin él y se le ignora cuando finalmente entra, llegará temprano la próxima vez. Pero si todos lo esperan y le adulan una vez que él está allí, él repetirá el comportamiento.

Algunos dirán: "¿No es esto como un amor duro?" No en realidad no. El verdadero amor, el amor altruista, tiene límites sanos imbuidos de respeto. No hay nada duro al respecto. Es solo "duro" para la personalidad peligrosa a la que no le gustan los límites, que no simpatiza y que no respeta a los demás. Es solo "duro" porque para el egoísta narcisista, emocionalmente inestable o el depredador, todo lo que respeta los límites y la dignidad es duro. Dé a los niños respiro y salidas positivas

Estas almas inocentes deben protegerse lo más posible de personalidades peligrosas, y eso incluye a los padres o parejas. Si no se puede sacar a los niños de la situación, la mejor esperanza es darles la oportunidad de estar lejos de casa y en lugares donde puedan escapar, sobresalir y sentirse seguros y felices.

Necesitan la oportunidad de pasar tiempo con un pariente o cuidador amoroso en quien puedan confiar; obtener terapia si es posible; participar en actividades en la escuela; hacer deporte; trabajar con animales; o sumergirse en los mundos creativos del arte, la lectura o la música. Permítales ver cómo es la vida normal: una vida sin peleas, disputas o amenazas constantes.

Me ocupé de una familia donde los niños fueron educados en casa y el padre tenía rasgos de depredador y narcisista. No fue hasta que esos niños tenían 15 años o más que se dieron cuenta de lo que era "normal". Eso no es justo para ellos. Es nuestro trabajo ayudar a los niños a comprender que el abuso en todas sus formas (física o psicológica) no es normal ni aceptable.

CUANDO EN PELIGRO, ACTÚA

A veces, una personalidad peligrosa exhibe un nivel tan alto de comportamiento tóxico, inestable, arriesgado o criminal que aquellos cercanos o que están involucrados con ellos están en grave peligro. Ya sea

que se trate de un peligro financiero, emocional, psicológico o físico, una vez que estos individuos han cruzado a ese modo (el lado peligroso del continuo o espectro), es necesaria una acción inmediata. En este punto, realmente no importa cómo te metiste en la situación. Tienes que distanciarte de inmediato o liberarte de esa relación.

Aquí hay algunas estrategias para lidiar con esa amenaza inmediata.

ACTUAR. Si su cuerpo, su intestino o su mente le dicen alejarse, entonces hágalo. Si se necesitan disculpas más tarde, puede hacerlas si es necesario, pero si se siente amenazado en el momento, trate de escapar. No esperes Cualquier amenaza de daño físico o cualquier intento por parte de una personalidad peligrosa de controlar su cuerpo, mente, espacio, dinero o sus seres queridos debe ser una advertencia para actuar de inmediato. Ser cauteloso; no atraiga su atención si es posible, pero aléjese.

PENSAR. Si se trata de una personalidad altamente peligrosa, puede ser más seguro no hablar con esta persona sobre lo que está sucediendo y centrarse en ponerse a salvo. Como he dicho, estas personalidades pueden atacarte. Si siente un alto grado de peligro, decirles que necesitan ayuda o confrontarlos hasta el punto de escalar no es lo mejor para usted. Pueden volverse violentos, perseguirlo, destruir propiedades, limpiar su cuenta bancaria, llevarse a los niños y desaparecer, presentarse en la oficina con una pistola, tomar rehenes, intentar suicidarse o cualquier otra acción violenta. Así que piense primero en cómo puede salir, salir o salir de manera segura. Si debe hablar con ellos, hágalo con calma; intente hacerlo cerca de una puerta o salida.

ALERTA SU RED DE MIEMBROS Y AMIGOS DE LA FAMILIA. Si las cosas empeoran, si se siente cada vez más amenazado o si la situación se deteriora, active su red. Pídales que visiten sin previo aviso con mayor frecuencia. Hágales saber que deben llamarlo todos los días y si no contesta el teléfono, deben pasar por allí o llamar a la policía; sí, a veces se pone tan mal.

BUSQUE AYUDA DE PROFESIONALES. Si no ha contactado a agencias de apoyo, organizaciones religiosas, clérigos, terapeutas, abogados, policías,

centros de crisis, servicios sociales o líneas de ayuda, hágalo ahora. ¡Ahora! Necesita un equipo de apoyo y una red de seguridad. Por favor no se avergüence y no espere. Los servicios de emergencia del 911 (policía, bomberos, ambulancia) se crearon precisamente porque todos nosotros en algún momento necesitamos ayuda inmediata.

NO LOS ENFRENTES SOLOS. Si debe hablar con un abusador o un delincuente, pero teme que la persona pueda desatarlo, solicite a un profesional de salud mental, un familiar o un amigo que lo acompañe, con el teléfono celular en la mano. O llame a la policía y dígales que los quiere esperando por si acaso. Vendrán: la mayoría de las agencias policiales han aprendido que la violencia doméstica es un tema crítico que debe abordarse con prontitud.

PLANIFIQUE SU ESTRATEGIA DE SALIDA. Garantizar la seguridad es primordial. He hablado con personas que han pasado meses planeando su salida de una relación con una personalidad altamente peligrosa, camuflándola por completo; por ejemplo, pueden configurar las cosas para que parezca una hora de la cena normal, diciéndole a la persona que deben salir corriendo a comprar algo y no regresar (o pueden regresar en algún momento más tarde con un amigo para recoger sus pertenencias). Cuando se trata de su seguridad y la de sus hijos, haga lo que tenga que hacer para alejarse con seguridad de una personalidad peligrosa.

AUMENTAR ESCAPE DINERO. Necesita fondos para recurrir si debe irse rápidamente. Si siente que las cosas van mal y empeorarán, prepárese financieramente para la fuga. Haga lo que tiene que hacer, incluida la venta de artículos personales para obtener suficiente dinero para salir del peligro. Una mujer que conozco en Colombia hizo esto tomando centavos, ¡centavos! —Todos los días desde su esposo abusivo hasta que ella pudiera pagar un boleto de autobús para que ella y su hija regresen con su propia familia.

DIRECCION ASUNTOS FINANCIEROS. Si siente que hay algo sospechoso en un acuerdo financiero o algo no parece estar bien financieramente, comience a hacer preguntas y demore la toma de decisiones o la emisión de ese cheque o revele el número de la tarjeta de crédito. Hagas lo que

hagas, no sigas adelante solo. Haga que otros (preferiblemente un profesional calificado como un banquero, un contador o un abogado) evalúen la situación o vean en qué están invirtiendo o contemplando hacer y pregúnteles si es un buen negocio. Gastar $ 400 en un abogado es mucho mejor que perder $ 40, 000 por una personalidad peligrosa.

ESPERE EL GRAN DESPERTAR. Una cosa que les sucede a aquellos involucrados con una personalidad peligrosa es lo que he venido a llamar el Gran Despertar. Las personas suelen renunciar a años a estas personas. La mayoría están decepcionados. Pero están tan interesados que simplemente continúan tratando de resolver las cosas, hasta que finalmente se dan cuenta de que sus esperanzas para esta relación nunca se cumplirán. Ese es el Gran Despertar: ese momento cuando finalmente te das cuenta de que no se puede hacer nada más por este individuo, estás sufriendo, y es hora de dejarlo ir.

RECUERDA QUE NO ESTÁS SOLO. He estado allí. Las personas se sienten tontas, como si las hubieran usado, están viviendo una mentira o no pueden confiar en nadie. Algunos vuelven su dolor hacia adentro, culpándose a sí mismos. Es por eso que la terapia siempre es útil en este punto, si puede obtenerla. Pero por favor no sientas que estás solo. Todos nosotros, de una forma u otra, hemos experimentado algo como esto.

RECLAMAR Y MANTENER LA DISTANCIA.A estas alturas, probablemente haya sentido un tema en mi consejo, y es que la distancia puede ser muy efectiva. Tienes razón, y no me disculpo, ya que me preocupan principalmente las víctimas y sus seres queridos. La experiencia me ha enseñado que rara vez las personalidades peligrosas mejoran y que pueden tener efectos psicológicos, emocionales, financieros y físicos devastadores en nosotros. La mayoría de las veces, cuando nos distanciamos del peligro o de quienes nos lastiman, dejamos de lastimarnos. Aquí es donde difiero de muchos otros. He hablado con demasiadas víctimas para parlotear, como lo hacen otros, acerca de tratar de resolver las cosas cuando su bienestar está en riesgo. Estoy persuadido por las sabias palabras del fallecido diplomático sueco, autor y segundo secretario general de las Naciones Unidas, Dag Hammarskjöld, quien,

después de haber vivido la carnicería de la Segunda Guerra Mundial, dijo:[5] Si las malezas no desaparecen, es hora de mudarse a un nuevo jardín.

UNA NOTA ESPECIAL: SI PIENSAS QUE PUEDES SER UNA PERSONALIDAD PELIGROSA

Con los años, he escrito artículos sobre personalidades peligrosas. Invariablemente, alguien escribirá y dirá, en esencia, "Reconozco muchas de esas características y comportamientos en mí mismo". Si ese es el caso, quiero ser el primero en felicitarte por tu honestidad. Ahora que ve esas características, busque ayuda de un profesional de la salud mental que sea un experto en el tratamiento de sus comportamientos particulares y que pueda ayudarlo. Aprenda a distanciarse cognitivamente de sus propios comportamientos que, al final, también lo ponen en riesgo.

¿A DÓNDE VAMOS DESDE AQUÍ?

Espero que leer este libro te haya dado una idea de las personalidades peligrosas y algunas herramientas para evitar que te lastimen. La vida es un regalo para ser atesorado, no gastado con un yugo alrededor del cuello, atendiendo a una persona tóxica. Cuando vivíamos en pequeños pueblos donde todos se conocían, era más fácil detectar a estas personalidades. Cuando migramos a las ciudades, hacer esto se volvió más difícil. Pero no es imposible.

Tenemos la obligación con nosotros mismos, con nuestras familias y con nuestra comunidad de estar seguros. Lo logramos con educación, vigilancia y compartiendo información. Pero primero debemos ayudarnos a nosotros mismos. Al leer este libro, ha dado un gran paso adelante hacia su propia seguridad y la de sus seres queridos. Hay muchos más libros por ahí que también lo ayudarán y educarán; Espero que te sirva de ellos a través de la Bibliografía.

Creo en tratar a los demás con dignidad y respeto. Siempre he tratado de hacer eso, incluso a aquellos que encarcelaron por crímenes terribles. Todos deberíamos tratarnos con respeto, pero eso no significa permitir que otros abusen o nos victimicen.

Este libro fue escrito, en parte, para ayudarlo a validar cuando no está siendo respetado, cuando está siendo abusado, cuando está siendo violado y cuando está en peligro. Ahora estás mejor equipado para detectar a estas personas antes de que te hagan daño.

Afortunadamente, la mayoría de las personas que conocerá e interactuará en su vida diaria no son personalidades peligrosas. En su mayor parte, las personas tienen buenas intenciones y se preocupan. Pero sé que, con el tiempo, te encontrarás con una personalidad peligrosa, porque hay millones de ellos por ahí. Cuando lo hagas, recuerda mis últimas palabras:

No tienes la obligación social de ser atormentado o ser victimizado, nunca.

RECURSOS SELECCIONADOS

LA WEB CIERTAMENTE HIZO que sea más fácil encontrar ayuda. A continuación, se presentan algunas organizaciones que pueden brindar asistencia si conoce a alguien que tiene problemas de salud mental o que ha sido víctima. Esta lista, por supuesto, no incluye todo. Muchos estados tienen grupos muy solidarios que pueden ser de gran ayuda, la mayoría se enumeran en la guía telefónica y también se pueden encontrar en línea. Nunca piense que está solo o que es el único que atraviesa problemas como lo que puede estar experimentando. Todos hemos tenido muchos problemas y hay muchas organizaciones que nos pueden ayudar.

Niños / abuso infantil

Centro Nacional para Niños Desaparecidos y Explotados missingkids.com

Víctima y apoyo familiar: missingkids.com/Families

800-843-5678

Llame inmediatamente después de llamar al 911 si su hijo falta

Línea Nacional de Abuso Infantil childhelp.org

800-422-4453

Consejeros de crisis disponibles 24/7

Safeline fugitivo nacional

1800runaway.org

800-786-2929

Departamento de estado de los Estados Unidos

Secuestro internacional de menores parentales

Departamento de Estado de los Estados Unidos, Oficina de Asuntos

Consulares, Oficina de Asuntos del Niño, SA-29, 2201 C Street NW, Washington, DC 20520 childabduction.state.gov

888-407-4747; 202-501-4444

202-736-9132 (fax)

AskCI@state.gov (correo electrónico)

Líneas directas de crisis

Línea de ayuda sobre abuso doméstico para hombres y mujeres (DAHMW)

dahmw.org

888-743-5754 (888-7HELPLINE)

Brinda intervención de crisis y servicios de apoyo a víctimas de violencia de pareja (IPV) y sus familias.

Línea directa nacional de violencia doméstica thehotline.org

acf.hhs.gov/programs/fysb/help

800-799-7233 (800-799-SAFE)

800−787−3224 (TTY)

Centro de recursos para la violencia domestica

El Departamento de Salud y Servicios Humanos brinda asistencia y atenderá sus llamadas 24/7

Centro Nacional de Recursos sobre Violencia Doméstica (NRCDV) nrcdv.org

800-799-7233 (línea directa)

800-787-3224 (línea directa TTY)

Una fuente integral de información para quienes desean educarse sobre los muchos temas relacionados con la violencia doméstica

Asistencia de violencia doméstica Futuros sin violencia futuros sin violencia

Programas de educación y capacitación profesional diseñados para poner fin a la violencia contra las mujeres, los niños y las familias en todo el mundo.

Gavin de Becker, Incorporated

11684 Ventura Boulevard, Suite 440, Studio City, CA 91604 gavindebecker.com/main/

Centro Nacional para Víctimas del Crimen ncvc.org

La información incluye materiales sobre violencia doméstica, acoso y agresión sexual.

Centro Nacional de Violencia Doméstica, Trauma y Salud Mental nationalcenterdvtraumamh.org

312-726-7020

312-726-4110 (TTY)

312-726-7022 (fax)

Centro Nacional de Información sobre Familias y Jóvenes ncfy acf.hhs.gov 301-608-8098 ncfy@acf.hhs.gov (correo electrónico)

Coalición Nacional contra la Violencia Doméstica ncadv.org

800-799-7233 (800-799-SAFE)

800-787-3224 (TTY)

Ayuda anónima y confidencial 24/7

Centro Nacional de Recursos sobre Violencia Doméstica (NRCDV) nrcdv.org

Centro Nacional de Recursos en línea sobre violencia contra las mujeres vawnet.org

800-537-2238 **Womenslaw.org** womenslaw.org womenslaw.org/index.php?lang=es (en español) Sitio web de información legal, que incluye referencias e información detallada sobre órdenes de protección / restricción, estado por estado

Prevención del abuso de ancianos

Centro de Excelencia en Abuso y Negligencia de Ancianos centeronelderabuse.org

800-677-1116

Información y recursos para prevenir el maltrato a personas mayores.

Psicología general / salud mental Asociación Americana de Psiquiatría psych.org

888-357-7924; 703-907-7300 apa@psych.org (correo electrónico) **Asociación Americana de Psicología** apa.org

800-374-2721; 202-336-5500

202-336-6123 (TDD / TTY) **MedLine Plus en Español** nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/

Un servicio de la Biblioteca Nacional de Medicina de EE. UU. **Mental Health America (MHA)** mentalhealthamerica.net

800-969-NMHA (6642); 703-684-7722

Alianza Nacional de Enfermedades Mentales (NAMI)

nami.org

800-950-6264 (línea de ayuda); 703-524-7600

703-524-9094 (fax)

888-999-6264 (servicios para miembros)

El centro de recursos para una variedad de problemas relacionados con las enfermedades mentales, incluida la educación, el apoyo y la defensa, también ofrece una línea de ayuda. **Instituto Nacional de Salud Mental** nimh.nih.gov/index.shtml

866-615-NIMH (6464) sin cargo; 301-443-4513

866-415-8051 (TTY sin cargo); 301-443-8431 (TTY)

301-443-4279 (fax) nimhinfo@nih.gov (correo electrónico) **PsychCentral** psychcentral.com **Revista *Psychology Today*** psychologytoday.com

Útil para encontrar un profesional de salud mental en su área, simplemente escriba su código postal

Psychology Today Spycatcher Blog por Joe Navarro psychologytoday.com/blog/spycatcher

Crimen de ultramar / victimización

Si es víctima en el extranjero, comuníquese con las autoridades policiales locales. Si se trata de un delito grave y necesita ayuda, puede dirigirse a la Embajada o Consulado de EE. UU. Más cercano. También puede contactar al FBI, que tiene representantes en las principales embajadas.

Departamento de Justicia Oficina para Víctimas del Delito Asistencia en Delitos en el Extranjero

810 Seventh Street NW, Octavo piso, Washington, DC 20531 ovc.ncjrs.org/findvictimservices/

Agregados legales del FBI en todo el mundo fbi gov / contáctenos / legat

Oficina Federal de Investigaciones (FBI) fbi gobierno

Departamento de Estado Servicios de Ciudadanos en el Extranjero travel.state.gov

888-407-4747

202-501-4444 (desde el extranjero)

Antes de viajar y si tiene dificultades mientras está en el extranjero, aquí es donde puede encontrar mucha ayuda valiosa

Investigación / Estadísticas delictivas Oficina de Estadísticas de Justicia bjs.gov

Informes uniformes de delitos del FBI (FBI-UCR) fbi.gov/about-us/cjis/ucr/ucr

Prevención del suicidio

Línea de vida nacional para la prevención del suicidio suicidepreventionlifeline.org

800-273-8255 (800-273-TALK) (línea directa 24/7)

888-628-9454 (español)

800-799-4889 (TTY)

No importa qué problema o problema esté enfrentando, hacerse daño no es la solución; por favor llame si necesita ayuda o solo quiere hablar

Asistencia a víctimas

Asociación Nacional de Juntas de Compensación de Víctimas de Delitos

PO Box 16003, Alexandria, VA 22302 nacvcb.org

703-780-3200

Si ha sido víctima, pueden ayudarlo a recibir una compensación por sus lesiones o para cubrir el asesoramiento hospitalario o de salud mental, salarios perdidos e incluso gastos de funeral. Las juntas estatales de compensación de víctimas se pueden ubicar aquí por código postal **Organización nacional de asistencia a las víctimas** trynova.org

La organización nacional de asistencia a víctimas más antigua de su tipo en los Estados Unidos

El Centro Nacional para Víctimas del Crimen victimofcrime.org

ÚLTIMO, Y ESTO ES IMPORTANTE: vaya a su propia guía telefónica local, si está disponible, y escriba o coloque en su teléfono móvil el número de teléfono del departamento de policía local, profesional de salud mental u otros números de asistencia a víctimas que cree que podría necesitar. Le ahorrará tiempo cuando más lo necesite y le recordará que la ayuda está cerca.

NOTAS

Introducción

Nube, "Prevención de asesinatos en masa", 28–29.

Informes Uniformes del Crimen del FBI, 2011.

Walsh y Wu, "Diferenciando el trastorno de personalidad antisocial, la psicopatía y la sociopatía".

Pearce, "Cleveland sospechoso Ariel Castro".

Goforth, Ortiz y McShane, "Secuestran víctimas liberadas del Hospital de Cleveland se reúnen con las familias".

Kreisman y Straus, *te odio*, no *me dejes*.

Capítulo 1

Cox, *Cenicienta*.

Kilduff y Javers, Suicide Cult.

Ibid.

Chan, "Recordando a Leona Helmsley".

Quinn, entrevista.

Martínez, "Cargos en el suicidio de Rebecca Sedwick".

Durando, "Tony Hayward de BP".

Karas y O'Neill, “Ex 'Sra. Rockefeller. "

Suddath, “Top 10 CEO Scandals”; Lipman-Blumen, encanto de los líderes tóxicos.

Kilgannon, "Hedda Nussbaum promueve su memoria"; Russo, "Rostros de Hedda Nussbaum".

Yaccino, "Ex funcionario se declara culpable".

Radzinsky, Stalin, 276–77.

Capítulo 2

Kashner y Schoenberger, Amor furioso.

Spoto, *Marilyn Monroe;* Taraborrelli, *La vida secreta de Marilyn Monroe*.

Kreisman y Straus, *te odio*, no *me dejes*.

Sutton, No Asshole Rule, 183.

Navarro, "¿Estás siendo manipulado por un titiritero social?"

Moore et al., "Actor Phil Hartman, esposa asesinada en tragedia de asesinato y suicidio".

Guinn, Manson.

Spoto, *Marilyn Monroe;* Taraborrelli, *La vida secreta de Marilyn Monroe*.

Coscarelli, "Jodi Arias declarado culpable de asesinato en primer grado".

Van Horn, "Lea las transcripciones de los argumentos de cierre del juicio de Jodi Arias".

de Becker, Gift of Fear, 209-10.

Ibid., 218–19; Bugliosi, indignación.

Dickinson, "Me mintió cuando nos conocimos".

Coberturas, el *diablo viste de Prada*.

Epstein, Lincolns.

Capítulo 3

Associated Press, “Vecinos de Ala. Hombre sospechoso de detener a un niño en un enfrentamiento dicen que estaba amenazando, violento”; Brown y Robertson, "El enfrentamiento en Alabama termina en el rescate del niño y la muerte del secuestrador".

Hoffer, *verdadero creyente*.

Ibíd., 93–94.

Navarro, "Lecciones del ataque terrorista de Oslo".

Robins y Post, Paranoia política, 24–29.

Kantor, *Comprensión de la paranoia*.

Navarro, *Caza de terroristas*.

Ibid.

Dawson, "Guerra de los niños".

Ibid.

Navarro, *Caza terroristas*, 49.

Kilduff y Javers, Suicide Cult, 83–127.

Kantor, *Comprensión de la paranoia*.

Robins and Post, Paranoia política, 19.

Capítulo 4

Meloy y Meloy, "Excitación autónoma en presencia de psicopatía", 21–34.

Liebre, *sin conciencia*.

Keefe, "¿Un asesino en espera no fue detectado?" 4 Madoff Mack, Fin de lo Normal.

"'Nací para violar'", Austrian Times.

The WEEK, 21 de marzo de 2009, 20; Connolly, "Nací para violar".

Cahill, *sueños enterrados*.

Vitello, "Clifford Olson, asesino en serie canadiense, murió a los 71 años".

Pool, "Antiguo rol de reclamos GI en la muerte de Goering".

Callahan, "Caza del asesino en serie perfecto".

Greig, *asesinos en serie malvados*, 94.

Meloy y Meloy, "Excitación autónoma en presencia de psicopatía", 21–34.

Esser, "Michael Chadd Boysen, acusado de matar abuelos, será extraditado".

Tarm, "Drew Peterson sentenciado a 38 años por asesinato".

Rennison, *Bureau of Justice Statistics Crime Data Brief: Violencia de pareja íntima 1993–2001;* Bureau of Justice Statistics, *Intimate Partner Violence in the US 1993–2004*.

Dugard, *una vida robada*.

Ehrenfreund, "Fiscales que investigan el apuñalamiento denunciado de John Gotti, Jr. en Long Island"; Rogers, "La vida mal adaptada como jefe del crimen".

Davis, mala sangre.

Bovsun, "14 años y nueve cadáveres pequeños después".

Rule, Stranger Beside Me, 129–36, 155, 213; Baker, "Diane Downs".

Mabe, "Las preguntas provocan el cuento de la muerte del bebé".

Gibson, "El informe Scotland Yard revela detalles de los crímenes de Jimmy Savile".

Fantz, "Ariel Castro acuerda llegar a un acuerdo de culpabilidad".

Graeber, "Riñón contaminado".

Suddath, "Top 10 escándalos de CEO".

U.S. News & World Report, 4 de abril de 1988, 11.

Capítulo 5

Winter y Leinwand Leger, "Dorner acusado de asesinato, intento de asesinato de policías".

Davis, "Peligroso"; McGinnes, "Millonario en fuga".

Will, *con un ojo feliz, pero...* 57.

Radzinsky, Stalin; Robins and Post, Paranoia política.

Radzinsky, Stalin.

Navarro, "Lecciones del ataque terrorista de Oslo".

Bugliosi, Reclamando la historia, 513–70.

Navarro, *Caza de terroristas*.

Ibid.

Madoff Mack, Fin de lo normal.

Kernberg, *Condiciones límite y narcisismo patológico*, 18, 228; Meloy, *Marca de Caín*, 315-18.

Bugliosi, Helter Skelter; Sanders, familia.

Guinn, Manson.

Kantor, *Understanding Paranoia*, 4–89.

Kilduff y Javers, Suicide Cult.

Bentley y Durante, "El polígamo pedófilo Warren Jeffs 'en una coma".

Navarro, Hunting Terrorists, 39, 57, 63.

Ibíd., 38–41.

Robins and Post, *Paranoia política;* Langer, *Mente de Adolf Hitler*.

Kyemba, Estado de sangre; Avirgan & Honey 1982).

Moisés, "Buscando desesperadamente a Susan Powell".

Associated Press, "El diario de Susan Powell presagia la tragedia familiar".

Mcfarland, "La identidad duradera de Josh Powell: Asesino".

Baker y Johnson, "Josh Powell Dead".

Servicios de noticias de Msnbc.com , “Policía: 1981 asesinato de Adam Walsh resuelto”; Adam Walsh Ley de Protección y Seguridad Infantil de 2006.

Brooks, "Columbine Killers".

Solzhenitsyn, Archipiélago Gulag, 175.

Capítulo 6

Cahill, *sueños enterrados*.

de Becker, Gift of Fear, 67.

Isaacson, Steve Jobs, 192-218.

Bugliosi, indignación.

Hammarskjöld, Marcas, 15.

BIBLOGRAFÍA

Adam Walsh Ley de Protección y Seguridad Infantil de 2006. 109 ° Congreso Ley Pública 248, 27 de julio de 2006. Washington, DC: Imprenta del Gobierno de los Estados Unidos. Consultado el 3 de diciembre de 2013.

DOCID: f: publ248.109.

Asociación Americana de Psiquiatría. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, 5ª ed. Arlington, VA: Asociación Americana de Psiquiatría, 2013.

———. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, 4ª ed. Texto rev. Washington, DC:

Asociación Americana de Psiquiatría, 2000.

Arrigo, Bruce A. Introducción a la psicología forense. San Diego: Academic Press, 2000.

Associated Press. "Vecinos de Ala. Se sospecha que un hombre detiene a un niño en un enfrentamiento y dice que estaba amenazando, violento". Washington Post, 30 de enero de 2013. Consultado el 2 de febrero de 2013. http://www.startribune.com/188985031.html .

———. "El diario de Susan Powell presagia la tragedia familiar, que detalla los temores de controlar al esposo". Foxnews.com. Consultado el 1 de julio de 2013. http://www.foxnews.com/us/2013/05/26/susanpowell-diary-foreshadows-family-tragedy-detailing-fears-controlling/ .

Atenas, Lonnie. La creación de criminales violentos peligrosos. Urbana, IL: University of Illinois Press, 1992.

Avirgan, Tony y Martha Honey. Guerra en Uganda: el legado de Idi Amin. Westport, CT: Lawrence Hill & Co.

Publishers, 1982.

Babiak, Paul y Robert D. Hare. Serpientes en trajes: cuando los psicópatas van a trabajar. Nueva York: Regan Books, 2006.

Baker, Mark. "Diane Downs". Register-Guard, 19 de mayo de 2008, A 1.

Baker, Mike y Gene Johnson. "Josh Powell muerto: el esposo de la mujer desaparecida Susan Powell, 2 hijos asesinados en una explosión en el hogar". Huffington Post, 5 de febrero de 2012. Consultado el 19 de noviembre de 2013. http://www.huffingtonpost.com/2012/02/05/josh-powell-susan-powell-homeexplosion_n_1256113.html .

Bancroft, Lundy. *¿Por qué hace eso? Dentro de las mentes de hombres enojados y controladores*. Nueva York:

Berkley Publishing Group, 2002.

Beck, Aaron. *Prisioneros del odio: la base cognitiva de la ira, la hostilidad y la violencia*. Nueva York: Harper Collins Publishers, 1999.

Bentley, Paul y Thomas Durante. "El polígamo pedófilo Warren Jeffs 'en una coma después de realizar una huelga de hambre en celda solitaria'." Daily Mail, 29 de agosto de 2011. Consultado el 1 de agosto de 2013. http://www.dailymail.co.uk/news/article-2031483/Polygamist-paedophile-Warren-Jeffs-comagoing-hunger-strike-solitary -cell.html .

Berke, JH *La tiranía de Malicia: Explorando el lado oscuro del personaje y la cultura*. Nueva York: Summit Books, 1986.

Blackburn, R. "Psicopatología y trastorno de la personalidad en relación con la violencia". En acercamientos clínicos a la violencia. K. Howells y CR Hollins, ed. Nueva York: Wiley, 1989: 187-205.

Blair, James, Derek Mitchell y Karina Blain. El psicópata: la emoción y el cerebro. Malden, MA: Blackwell Publishing, 2006.

Bohm, RM Una cartilla sobre crimen y teoría de la delincuencia. Belmont, CA: Wadsworth, 2001.

Bovsun, Mara. "14 años y nueve cadáveres pequeños después, las autoridades finalmente tomaron medidas contra la madre asesina". New York Daily News, 20 de marzo de 2011. Consultado el 20 de agosto de 2013. http://www.nydailynews.com/news/crime/14-years-tiny-corpses-authorities-finally-actionmurderous-mother-article- 1.122089 .

Brooks, David. "Los asesinos de Columbine". New York Times, 24 de abril de 2004. Consultado el 1 de junio de

2013. http://www.nytimes.com/2004/04/24/opinion/the-columbinekillers.html?pagewanted=print&src=pm .

Brown, Robbie y Campbell Robertson. "El enfrentamiento en Alabama termina en el rescate del niño y la muerte del secuestrador". New York Times, 4 de febrero de 2013. Consultado el 8 de mayo de

2013. http://www.nytimes.com/2013/02/05/us/boy-is-safe-after-alabama-hostage-standoff.html?_r = 0 .

Browning, C. El camino al genocidio. Cambridge: Cambridge University Press, 1992.

Bruselas, James A. Libro de casos de un psiquiatra del crimen. Nueva York: Grove Press, 1968.

Bugliosi, Vincent. Helter Skelter: La verdadera historia de los asesinatos de Manson. Nueva York: WW Norton & Company, 1994.

———. *Indignación: las cinco razones por las cuales OJ Simpson se escapó con el asesinato*. Nueva York: WW Norton & Company, 2008.

———. *Recuperando la historia: el asesinato del presidente John F. Kennedy*. Nueva York: WW Norton & Company, 2007.

Oficina de Estadísticas de Justicia. Violencia de pareja íntima en los Estados Unidos. 1993-2004. Washington, DC: Departamento de Justicia de los Estados Unidos, 2006.

Carnicero, James N., ed. Evaluación de la personalidad clínica. Nueva York: Oxford University Press, 1995.

Cahill, Tim. *Sueños enterrados: dentro de la mente de un asesino en serie*. Nueva York: Bantam Books, 1986.

Callahan, Maureen. "La búsqueda del asesino en serie perfecto". New York Post, 30 de diciembre de 2012. Consultado el 19 de noviembre de 2013. http://nypost.com/2012/12/30/the-hunt-for-the-perfect-serialkiller/ .

Campbell, Andy. "Veredicto 'Whitey' Bulger: mafioso de Boston culpable de crimen organizado, algunos asesinatos". Huffington Post, 12 de agosto de 2013. Consultado el 12 de agosto de 2013. http://www.huffingtonpost.com/2013/08/12/whitey-bulger-verdict-guiltyracketeering_n_3712706.html?view=print&comm_ref=false .

Chan, Sewell. "Recordando a Leona Helmsley". New York Times, 20 de agosto de 2007. Consultado el 1 de julio de 2013. http://cityroom.blogs.nytimes.com/2007/08/20/leona-helmsley-is-dead-at-87/ .

Chapman, Alexander L. y Kim L. Gratz. *La guía de supervivencia del trastorno límite de la personalidad: todo lo que necesita saber sobre cómo vivir con TLP.* Oakland, CA: New Harbinger Publications, 2007.

Christie, Richard y Florence L. Geis, eds. Estudios en maquiavelismo. Nueva York: Academic Press, 1970.

Cialdini, Robert B. Influencia: La psicología de la persuasión. Nueva York: William Morrow and Company, 1993. Cloud, John. "Prevención de asesinatos en masa". Time, 6 de agosto de 2012, 28–29.

Coleman, James C. y col. Psicología anormal y vida moderna, 7ª ed. Glenview, IL: Scott, Foresman and Company, 1984.

Connolly, Kate. "Nací para violar, Fritzl le dice al doctor". Guardian, 22 de octubre de 2008. Consultado el 9 de agosto de 2013. http://www.theguardian.com/world/2008/oct/23/josef-fritzl-trial .

Coscarelli, Joe. "Jodi Arias encontrado culpable de asesinato en primer grado". Nueva York, 8 de mayo de 2013. Consultado el 20 de julio de 2013. http://nymag.com/daily/intelligencer/2013/05/jodi-arias-guiltyverdict-first-degree-murder.html .

Cox, Marian Roalfe. Cenicienta: trescientos cuarenta y cinco variantes de Cenicienta, piel de gato y Cap O'Rushes. Londres: Sociedad Folk-Lore, 1893. Google Books. Consultado el 15 de febrero de 2013.

Crompton, Vicki y Ellen Zelda Kessner. *Salvando la belleza de la bestia: cómo proteger a su hija de una relación poco saludable.* Nueva York: Little, Brown and Company, 2003.

Davis, Don. *Bad Blood: The Shocking True Story detrás de los asesinatos de Menéndez.* Nueva York: St. Martin's Press, 1994.

Davis, Joshua. "Peligroso: una investigación en profundidad sobre la vida de John McAfee". Wired, 2 de marzo de 2013. Consultado el 27 de julio de

2013. http://www.wired.co.uk/magazine/archive/2013/02/features/dangerous/viewall .

Dawson, Pat. "La guerra de los niños". Time, 11 de junio de 2001, 30. de Becker, Gavin. El regalo del miedo. Nueva York: Dell Publishing, 1997.

Dees, Morris y James Corcoran. Gathering Storm: el Movimiento Militar de Estados Unidos. Nueva York: Harper Collins, 1996.

Dickinson, Debbi. "Me mintió cuando nos conocimos y de todos modos me casé con él". Huffington Post, 14 de abril de 2012. Consultado el 17 de febrero de 2013. http://www.huffingtonpost.com/debbi-dickinson/mrwrong_b_1421712.html?ncid=edlinkusaolp00000008 .

Dreeke, Robin. *No se trata solo de "Yo": las diez técnicas principales para construir una relación rápida con cualquier persona*. Robin K. Dreeke, 2011.

Dugard, Jaycee Lee. Una vida robada: una memoria. Nueva York: Simon & Schuster, 2011.

Durando, Jessica. "Tony Hayward de BP:" Me gustaría recuperar mi vida "." USA Today, 1 de junio de 2010.

Consultado el 18 de noviembre de

2013. http://content.usatoday.com/communities/greenhouse/post/2010/06/bp-tony-haywardapology/1#.UotkOZG9zKc .

Dyer, Joel. *Cosecha de ira: por qué Oklahoma City es solo el comienzo*. Boulder, CO: Westview Press, 1998.

Ehrenfreund, Max. "Fiscales que investigan el apuñalamiento denunciado de John Gotti, Jr. en Long

Island". Washington Post, 11 de noviembre de 2013. Consultado el 17 de noviembre de

2013. http://www.washingtonpost.com/national/prosecutors-investigating-reported-stabbing-of-johngotti-jr-on-long-island/2013/ 11/12/ f7129d62-4bb 1-11e3-ac54-aa84301ced81 story.html .

Emerson, Steven. Jihad estadounidense: los terroristas que viven entre nosotros. Nueva York: Free Press, 2002.

Epstein, Daniel Mark. Los Lincolns: Retrato de un matrimonio. Nueva York: Ballantine Books, 2009.

Erikson, Erik H. Identidad: Juventud y crisis. Nueva York: WW Norton & Company, 1968.

Esser, Doug. "Michael Chadd Boysen, acusado de matar abuelos, será extraditado al estado de

Washington". Huffington Post, 14 de marzo de 2013. Consultado el 8 de agosto de

2013. http://www.huffingtonpost.com/2013/03/14/michael-chadd-boysen-extradited_n_2875068.html .

Evans, Patricia. *La relación verbalmente abusiva: cómo reconocerla y cómo responder.* Avon, MA: Adams Media Corporation, 2010.

Fantz, Ashley. "Ariel Castro acuerda llegar a un acuerdo para evitar la pena de muerte". CNN, 28 de julio de 2013. Consultado el 1 de agosto de 2013. http://www.cnn.com/2013/07/26/justice/ohio-castro/ .

Oficina Federal de Investigaciones. Uniform Crime Reports: Crime in the United States 2010. Washington, DC:

Departamento de Justicia de los Estados Unidos.

———. Uniform Crime Reports: Crime in the United States 2011. Washington, DC: Departamento de Justicia de los Estados Unidos.

Consultado el 8 de julio de 2013. http://www.fbi.gov/about-us/cjis/ucr/crime-in-theus/2011/crime-in-the-us-2011 .

Ford, Charles V. ¡Mentiras !, ¡Mentiras !, ¡Mentiras !: La psicología del engaño. Washington, DC: American Psychiatric Press, 1996.

Fox, James Allen y Jack Levin. Asesinato extremo: comprensión del asesinato en serie y en masa. Thousand Oaks, CA: Publicaciones sabias, 2005.

Frank, Gerold. El estrangulador de Boston. Nueva York: New American Library, 1966.

Gabbard, Glen O. Psiquiatría psicodinámica en la práctica clínica, 4ª ed. Washington, DC: American Psychiatric Publishing, 2005.

———. *La psicología de los soprano: amor, muerte, deseo y traición en la familia de gángsters favorita de Estados Unidos*. Nueva York: Basic Books, 2003.

Gardner, DL y RW Cowdry. "Comportamiento suicida y parasuicida en el trastorno límite de la personalidad". Clínicas psiquiátricas de América del Norte 8, no. 2 (1985): 389–403.

Giannangelo, Stephen J. *La psicopatología del asesinato en serie: una teoría de la violencia*. Westport, CT:

Praeger, 1996.

Gibbs, Nancy. "Rastreando al Unabomber". Time, 15 de abril de 1996, 38–46.

Gibson, Megan. "El informe Scotland Yard revela detalles de los crímenes de Jimmy Savile". Time World, 11 de enero de 2013. Consultado el 1 de agosto de 2013. http://world.time.com/2013/01/11/scotland-yardreport-reveals-details-of-jimmy-saviles-crimes/ .

Glover, Barry. Entrevistado por Joe Navarro, 7 de abril de 2000.

Goforth, Candace, Erik Ortiz y Larry McShane. “Las víctimas de secuestro liberadas del Hospital de Cleveland se reúnen con las familias; 3 hermanos arrestados en un caso impactante ". New York Daily News, 7 de mayo de 2013. Consultado el 18 de noviembre de 2013. http://www.nydailynews.com/news/crime/castrobrothers-arrested-connection-missing-cleveland-women-article-1.1337032 .

Goleman, Daniel. Inteligencia emocional. Nueva York: Bantam Books, 1995.

———. La inteligencia social. Nueva York: Bantam Books, 2006.

Graeber, Charles. "El riñón contaminado". Nueva York, 24 de octubre de 2007. Consultado el 18 de mayo de 2013. http://nymag.com/news/features/30331/ .

Greig, Charlotte. Asesinos en serie malvados: en la mente de los monstruos. Nueva York: Barnes & Noble, 2005.

Guinn, Jeff. Manson: La vida y los tiempos de Charles Manson. Nueva York: Simon & Schuster, 2013.

Gunderson, John G. y Paul S. Links. Trastorno límite de la personalidad: una guía clínica. Arlington, VA:

American Psychiatric Publishing, 2008.

Gunderson, John G. y Perry D. Hoffman. *Comprensión y tratamiento del trastorno límite de la personalidad: una guía para profesionales y familias*. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing, 2005.

Hammarskjöld, Dag. Marcas. Nueva York: Alfred A. Knopf, 1964.

Liebre, Robert D. *Sin conciencia: el mundo inquietante de los psicópatas entre nosotros*. Nueva York: Pocket Books, 1993.

Hare, Robert D. y col. "La psicopatía y los criterios del DSM-IV para el trastorno de personalidad antisocial". Revista de Psicología Anormal 100, no. 3 (1991): 391–98.

Haroun, Ansar M. "Aspectos psiquiátricos del terrorismo". Anales psiquiátricos 26, no. 6 (1999): 335–36.

Harris, Grant T., y col. "Violencia criminal: los roles de la psicopatía, los insultos del neurodesarrollo y la crianza antisocial". Justicia Penal y Comportamiento 28, no. 4 (2001): 402–26.

Harris, Judith Rich. *El supuesto de la crianza: por qué los niños resultan como lo hacen*. Nueva York: Touchstone Books, 1998.

Hedges, Peter (revisiones de Howard Michael Gould, Paul Rudnick, Don Roos; revisiones actuales de Aline Brosh McKenna). The Devil Wears Prada, guion, 10 de marzo de 2005. Consultado el 21 de abril de 2013. http://www.dailyscript.com/scripts/devil_wears_prada.pdf .

Hoch, Paul H. Diagnóstico diferencial en psiquiatría clínica. Nueva York: Science House, 1972.

Hoffer, Eric. *El verdadero creyente: pensamientos sobre la naturaleza de los movimientos de masas*. Nueva York:

Harper & Row, 1989.

Horowitz, Mardi J., ed. Personalidad histérica. Nueva York: Jason Aronson, 1977.

Hotchkiss, Sandy. *¿Por qué siempre se trata de ti? Los siete pecados capitales del narcisismo*. Nueva York: Free Press, 2003.

Hyde, Maggie y Michael McGuinness. Presentamos a Jung. Nueva York: Totem Books, 1998.

Iadicol, Peter y Anson Shupe. Violencia, desigualdad y libertad humana. Nueva York: General Hall, 1998.

Isaacson, Walter. Steve Jobs. Nueva York: Simon & Schuster, 2011.

"'Nací para violar', dice Josef Fritzl". Austrian Times, 24 de octubre de 2008. Consultado el 21 de agosto de 2013.

http://austriantimes.at/news/General_News/ 2008-10-24 / 9273 / I_was_born_to_rape, _says_Josef_Fritzl.

Jones, Stephen A. "Terapia familiar con pacientes limítrofes y narcisistas". Boletín de la Clínica Menninger 51, no. 3 (1987): 285–95.

Kantor, Martin. *Comprensión de la paranoia: una guía para profesionales, familias y víctimas*. Westport, CT:

Editores de Praeger, 2008.

Karas, Beth y Ann O'Neill. "Ex 'Sra. Rockefeller ':' I had a Pretty Big Blind Spot '". CNN Online, 2 de junio de 2009.

Consultado el 1 de julio de 2013. http://www.cnn.com/2009/CRIME/06/02/massachusetts.rockefeller. trial / index.html? eref = rss_mostpopular .

Kashner, Sam y Nancy Schoenberger. *Amor furioso: Elizabeth Taylor, Richard Burton: El matrimonio del siglo*. Nueva York: Harper Collins, 2010.

Keefe, Patrick Radden. "¿Un asesino en espera pasó desapercibido porque era una mujer?" New Yorker, 14 de febrero de 2013. Consultado el 17 de febrero de

2013. http://www.newyorker.com/online/blogs/newsdesk/2013/02/did-a-mass-murderer-in-waiting-goundetected- porque-ella-era-una-mujer.html .

Kernberg, Otto F. Condiciones límite y narcisismo patológico. Northvale, Nueva Jersey: Jason Aronson, 1985.

———. *La psicopatología del odio: en ira, poder y agresión*. New Haven, CT: Yale University Press, 1993.

Kiernan, B. *Cómo Pol Pot llegó al poder: Historia del comunismo en Kampuchea, 1930-1975*. Londres: Verso Press, 1985.

Kilduff, Marshall y Ron Javers. The *Suicide Cult: The Inside Story of the Peoples Temple Sect and the Massacre in Guyana*. Nueva York: Bantam

Books, 1978.

Kilgannon, Corey. "Hedda Nussbaum promueve su memoria sobre la vida con un abusador". New York Times, 6 de abril de 2006, NY / Región. Consultado el 11 de febrero de

2013. http://www.nytimes.com/2006/04/06/nyregion/06hedda.html?_r=1& .

Kreisman, Jerold J. y Hal Straus. *Te odio, no me dejes: comprender la personalidad límite*. Nueva York: Avon Books, 1989.

Kyemba, Henry. *A State of Blood: The Inside Story of Idi Amin*. Nueva York: Ace Books, 1977.

Langer, Walter C. *La mente de Adolf Hitler: El informe secreto del tiempo de guerra*. Nueva York: Basic Books, 1972.

Laqueur, Walter. *Voces de terror: Manifiestos, escritos y manuales de al Qaeda, Hamas y otros terroristas de todo el mundo y de todas las edades*. Nueva York: Reed Press, 2004.

Lawson, Christine Ann. *Comprensión de la madre límite: ayudar a sus hijos a trascender la relación intensa, impredecible y volátil*. Northvale, Nueva Jersey: Jason Aronson, 2000.

LeDoux, Joseph E. *El cerebro emocional: las bases misteriosas de la vida emocional*. Nueva York: Touchstone, 1996.

Levin, Jack y Jack McDevitt. Crímenes de odio: la creciente ola de fanatismo y derramamiento de sangre. Nueva York: Plenum, 1993.

Levine, Sol. "Aspectos psiquiátricos del terrorismo: jóvenes en grupos terroristas, pandillas y cultos: el encanto, el animus y la alienación". Anales psiquiátricos 26, no. 6 (1999): 342-49.

Linehan, Marsha. *Tratamiento cognitivo-conductual del trastorno límite de la personalidad*. Nueva York:

Guilford Press, 1993.

Lipman-Blumen, Jean. *El encanto de los líderes tóxicos: por qué seguimos a jefes destructivos y políticos corruptos, y cómo podemos sobrevivir a ellos.* Nueva York: Oxford University Press, 2005.

Luhrmann, TM *Of Two Minds: The Growing Disorder in American Psychiatry.* Nueva York: Random House, 2000.

Mabe, Logan D. "Las preguntas provocan el cuento de la muerte del bebé". St. Petersburg Times, 30 de agosto de 1999. Consultado el 11 de mayo de

2013. http://www.sptimes.com/News/83099/TampaBay/Questions_elicit_tale.shtml .

Madoff Mack, Stephanie. El fin de lo normal: la ira de una esposa, la nueva vida de una viuda. Nueva York: Blue Rider Press, 2011.

Maguire, Daniel C. y A. Nicholas Fargnoli. Sobre bases morales: el arte y la ciencia de la ética. Nueva York: Cross Roads Publishing, 1991.

Maguire, John y Mary Dunn. *Tomarse de las manos y morir: la increíble historia real del templo del pueblo.* Nueva York: Dale Books, 1978.

Martinez, Michael. "Los cargos en el suicidio de Rebecca Sedwick sugieren 'punto de inflexión' en casos de acoso escolar". CNN, 28 de octubre de 2013. Consultado el 18 de noviembre de

2013. http://www.cnn.com/2013/10/25/us/rebecca-sedwick-bullying-suicide-case/ .

Masterson, James F. *La búsqueda del yo real: desenmascarando los trastornos de la personalidad de nuestra época*. Nueva York: Free Press, 1988.

Mcfarland, Sheena. "La identidad duradera de Josh Powell: Asesino". Salt Lake Tribune, 6 de febrero de 2012. Consultado el 20 de noviembre de 2013. http://www.sltrib.com/sltrib/faith/53450298-78/powell-joshsons-susan.csp .

McGinnes, Jamie. "Millonario en fuga: cómo el hombre que fundó el gigante del software McAfee perdió su fortuna y terminó escondiéndose de la policía en Belice después de que lo sacaron de la cama de un joven de 17 años y le dispararon a su perro porque tiene un laboratorio de metanfetamina". ' ” Daily Mail, 25 de mayo de 2012. Consultado el 10 de junio de 2013. http://www.dailymail.co.uk/news/article2149904/John-McAfee-arrested-Belize-police-claim-running-meth-lab.html .

Meloy, J. Reid. *La marca de Caín: visión psicoanalítica y el psicópata*. Hillsdale, Nueva Jersey: Analytic Press, 2001.

———. *La mente psicópata: orígenes, dinámica y tratamiento*. Northvale, Nueva Jersey: Jason Aronson, 1998.

———. Evaluación de riesgos y amenazas de violencia. San Diego: Servicios de capacitación especializada, 2000.

———. Adjuntos violentos. Northvale, Nueva Jersey: Jason Aronson, 1997.

Meloy, J. Reid y MJ Meloy. "Excitación autónoma en presencia de psicopatía: una encuesta de profesionales de la salud mental y la justicia penal". Journal of Threat Assessment 2, núm. 2 (2002): 21–34.

Millon, Theodore y Roger D. Davis. Trastornos de la personalidad: DSM-IV y más allá. Nueva York: Wiley and Sons, 1996.

Monahan, John. *Predicción del comportamiento violento: una evaluación de las técnicas clínicas*. Beverly Hills, CA: Sage, 1981.

Moore, Solomon, et al., "Actor Phil Hartman, esposa asesinada en tragedia de asesinato y suicidio: el comediante aparentemente es asesinado por su cónyuge en su hogar de Encino". Los Angeles Times, 29 de mayo de 1998. Consultado el 20 de julio de 2013. http://articles.latimes.com/1998/may/29/news/mn-54521 .

Moisés, Jeanette. "Buscando desesperadamente a Susan Powell: la búsqueda de un mejor amigo". Time, 10 de febrero de 2012. Consultado el 20 de noviembre de

2013. http://content.time.com/time/nation/article/0,_8599,_2106632,00.html#ixzz 2lVKNFYHm .

Msnbc.com Servicios de noticias. "Policía: 1981 asesinato de Adam Walsh resuelto". Crime & Courts, NBC_News.com , actualizado el 16 de diciembre de 2008. Consultado el 3 de diciembre de 2013. http://www.nbcnews.com/id/28257294/#.Up4f9RzPZCc .

Muller, Rene J. *Anatomía de un límite divisorio: descripción y análisis de un historial de casos*. Westport, CT:

Praeger Press, 1994.

Munro, Alistair. Trastorno delirante: paranoia y enfermedades relacionadas. Nueva York: Cambridge University Press, 1999.

Murray, Jill. *Pero lo amo: proteger a su hija adolescente de las relaciones de citas abusivas y controladoras*. Nueva York: Harper Collins, 2001.

Myers, David G. Exploring Psychology, 2a ed. Nueva York: Worth Publishers, 1993.

Navarro, Joe. "¿Estás siendo manipulado por un titiritero social?" Spycatcher (blog). Psychology Today, 7 de enero de 2013. Consultado el 21 de febrero de

2013. http://www.psychologytoday.com/blog/spycatcher/201301/are-you-being-manipulated-socialpuppeteer .

———. Cómo detectar un psicópata. Edición Kindle, 2010.

———. La caza de terroristas: una mirada a la psicopatología del terror. Springfield, IL: Charles C. Thomas Publishers, 2005.

———. "Lecciones del ataque terrorista de Oslo". Spycatcher (blog). Psychology Today, 30 de julio de 2011. Consultado el 4 de mayo de 2013. http://www.psychologytoday.com/blog/spycatcher/201107/lessonsthe-oslo-terrorist-attack .

———. Narcisistas entre nosotros. Edición Kindle, 2012.

———. "La psicopatología del terror". Conferencia ante los graduados de la Academia Nacional del FBI, Key West, FL, 28 de julio de 2003.

———. "Coleccionistas de heridas". Spycatcher (blog). Psychology Today, 7 de abril de 2013. Consultado el 20 de julio de 2013. http://www.psychologytoday.com/blog/spycatcher/201304/wound-collectors .

Navarro, Joe y John R. Schafer. "Principios universales del comportamiento criminal: una herramienta para analizar la intención criminal". Boletín de aplicación de la ley del FBI (enero de 2003): 22–24.

Nicholi, Armand M., Jr., ed. The Harvard Guide to Modern Psychiatry, 3rd ed. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1987.

O'Brien, D. *Two of a Kind: The Hillside Stranglers; La historia interior.* Nueva York: Signet, 1985.

O'Connor, Anahad. "El gobierno termina el caso contra Gotti". New York Times, 13 de enero de 2010.

Consultado el 20 de julio de

2013. http://www.nytimes.com/2010/01/14/nyregion/14gotti.html?ref=johnagotti&gwh=4773BDA2194 941569DFECA25576B1987 .

Ohlin, Lloyd y Michael Tonry, eds. Violencia familiar: crimen y justicia: una revisión de la investigación, 2ª ed. Chicago: University of Chicago Press, 1990.

Oldham, John M. y Lois B. Morris. *El nuevo autorretrato de personalidad: por qué piensas, trabajas, amas y actúas como lo haces.* Nueva York: Bantam Books, 1995.

Panksepp, Jaak. *Neurociencia afectiva: los fundamentos de las emociones humanas y animales.* Nueva York:

Oxford University Press, 1998.

Payson, Eleanor D. *Los magos de Oz y otros narcisistas: lidiando con la relación unidireccional en el trabajo, el amor y la familia*. Royal Oak, MI: Julián Day Publications, 2002.

Pearce, Matt. "Cleveland sospechoso Ariel Castro: surge un retrato problemático ". Los Angeles Times, 9 de mayo de 2013. Consultado el 18 de noviembre de

2013. http://www.latimes.com/news/nation/nationnow/la-na-nn-castro-abuse-history20130509, 0, 1600490.story #axzz 2l3Qm5YEs .

Pennebaker, James W. Emoción, divulgación y salud. Washington, DC: Asociación Americana de Psicología, 1995.

———. *Apertura: el poder curativo de expresar emociones*. Nueva York: Guilford Press, 1990.

Pinker, Steven. *La pizarra en blanco: la negación moderna de la naturaleza humana*. Nueva York: Penguin Books, 2002.

Pool, Bob. "El antiguo papel de las reclamaciones GI en la muerte de Goering". Los Angeles Times, 7 de febrero de 2005. Consultado el 1 de julio de 2013. http://articles.latimes.com/2005/feb/07/local/me-goering7 .

Post, Jerrold M. "Somos nosotros contra ellos: la dinámica de grupo del terrorismo político". Terrorismo 10 (1987): 23–36.

———. *Líderes y sus seguidores en un mundo peligroso: la psicología del comportamiento político*. Ithaca, Nueva York: Cornell University Press, 2004.

———. "Psico-lógica terrorista: el comportamiento terrorista como producto de las fuerzas psicológicas". En los orígenes del terrorismo: psicologías, ideologías, teologías, estados mentales. Walter Reich, ed. Cambridge: Cambridge University Press, 1992: 25–40.

———. "La mente del terrorista: psicología individual y grupal del comportamiento terrorista". Testimonio ante el Comité de Servicios Armados del Senado, 15 de noviembre de 2001.

———. La evaluación psicológica de los líderes políticos. Ann Arbor, MI: University of Michigan Press, 2003.

Comisión del Presidente sobre Aplicación de la Ley y Administración de Justicia. El desafío del crimen en una sociedad libre. Washington, DC: Imprenta del Gobierno de los Estados Unidos, 1967.

Quartz, Steven R. y Terrence J. Sejnowski. *Mentirosos, amantes y héroes: lo que revela la nueva Brain Science sobre cómo nos convertimos en quiénes somos*. Nueva York: HarperCollins, 2003.

Quinn, Phil. Entrevista realizada por Joe Navarro, 7 de noviembre de 2001.

Radzinsky, Evard. *Stalin: la primera biografía detallada basada en nuevos documentos explosivos del Archivo Secreto de Rusia*. Nueva York: Anchor Books, 1996.

Raine, Adrian. *La anatomía de la violencia: las raíces biológicas del crimen*. Nueva York: Pantheon Books, 2013.

Reeser, Marc. Entrevista realizada por Joe Navarro, 13 de abril de 2003.

Reich, Walter, ed. *Orígenes del terrorismo: psicologías, ideologías, teologías, estados mentales*. Cambridge:

Cambridge University Press, 1992.

Rennison, Callie Marie. *Resumen de datos de delitos del Bureau of Justice Statistics: Intimate Partner Violence 1993–2001*. Washington, DC: Departamento de Justicia de los Estados Unidos, 2003.

Ressler, Robert H. y Tom Shachtman. Quien lucha contra monstruos. Nueva York: St. Martin's Press, 1992.

Rodas, Richard. *Por qué matan: descubrimientos de un criminólogo inconformista*. Nueva York: Vintage Books, 1999.

Robins, Robert S. y Jerrold M. Post. Paranoia política: la psicopolítica del odio. New Haven, CT: Yale University Press, 1997.

Roche, Mike. *Cara 2 Cara: Habilidades de observación, entrevista y desarrollo de relaciones: una guía del agente del servicio secreto*. Edición Kindle, 2012.

Rogers, Patrick. "Mal adaptado para la vida como jefe del crimen, John Gotti sigue a su padre a la prisión federal". People, 27 de septiembre de 1999. Consultado el 20 de noviembre de 2013. http://www.people.com/people/archive/article/0,, 20129328, 00.html .

Roth, Kimberlee y Freda B. Friedman. *Sobrevivir a un padre limítrofe: cómo curar las heridas de tu infancia y generar confianza, límites y autoestima*. Oakland, CA: New Harbinger Publications, 2003.

Roy Joe. Los falsos patriotas: la amenaza de los extremistas antigubernamentales. Montgomery, AL: Southern Poverty Law Center, 1996.

Regla, Ann. Pequeños sacrificios. Nueva York: Signet, 1987.

———. *El extraño a mi lado: Ted Bundy; La impactante historia interior.* Nueva York: Signet Printing, 2001.

Russo, Francine. "Las caras de Hedda Nussbaum". New York Times Magazine, 30 de marzo de 1997. Consultado el 11 de febrero de 2013. http://www.nytimes.com/1997/03/30/magazine/the-faces-of-heddanussbaum.html?pagewanted=all&src= pm .

Samenow, Stanton E. Dentro de la mente criminal. Nueva York: Crown Publishers, 1984.

Sanders, Ed. La Familia. Nueva York: Thunder's Mouth Press, 2002.

Schafer, John y Joe Navarro. "El modelo de odio en siete etapas; la psicopatología de los grupos de odio ", Boletín de aplicación de la ley del FBI (marzo de 2003): 1-9.

Schechter, Harold y David Everitt. La enciclopedia de la A a la Z de los asesinos en serie. Nueva York: Simon & Schuster, 1997.

Schouten, Ronal y James Silver. *Casi un psicópata: ¿Tengo (o alguien que conozco) tengo un problema con la manipulación y la falta de empatía?* Centro de la ciudad, MN: Hazelden, 2012.

Seigel, LJ Criminología: The Core, 2ª ed. Belmont, CA: Wadsworth, 2005.

Shapiro, Ronald M. y Mark A. Jankowski. *Matones, tiranos y personas imposibles: cómo vencerlos sin unirse a ellos*. Nueva York: Crown Business, 2005.

Siever, LJ y HW Koenigsberg. "La frustrante tierra sin hombres del trastorno límite de la personalidad". Cerebrum, The Dana Forum on Brain Science 2, no. 4 (2000).

Simmons, D. "Cuestiones de género y trastorno límite de la personalidad: ¿por qué las mujeres dominan el diagnóstico?" Archivos de Enfermería Psiquiátrica 6, no. 4 (1992): 219–23.

Simon, George K. *En ropa de oveja: comprensión y trato con personas manipuladoras*. Little Rock, AR: AJ Christopher & Co., 1996.

Cantante, Margaret Thaler y Janja Lalich. Cultos en medio de nosotros: la amenaza oculta en nuestras vidas cotidianas. San Francisco: Jossey-Bass Publishers, 1995.

Sluka, Jeffrey A., ed. Escuadrón de la muerte: la antropología del terror del estado. Filadelfia: University of Pennsylvania Press, 2000.

Soloff, PH, y col. "La automutilación y el comportamiento suicida en el trastorno límite de la personalidad". Revista de trastornos de la personalidad 8, no. 4 (1994): 257–67.

Solzhenitsyn, Aleksandr I. *El archipiélago de Gulag 1918–1956: un experimento en investigación literaria*, partes I – II. Nueva York: Harper & Row, 1974.

Spitz, Vivien. *Médicos del infierno: la cuenta horrible de los experimentos nazis en humanos*. Boulder, CO:

Publicaciones conscientes, 2005.

Spoto, Donald. Marilyn Monroe: la biografía. Nueva York: Cooper Square Press, 1993.

Stanton, Bill. Klanwatch: llevar el Ku Klux Klan a la justicia. Nueva York: Grove Weidenfeld, 1991.

Stern, Kenneth S. *Una fuerza sobre la llanura: el movimiento de la milicia estadounidense y la política del odio*. Nueva York: Simon & Schuster, 1996.

Stout, Martha. El sociópata de al lado. Nueva York: Broadway Books, 2005.

St-Yves, M. y P. Collins. *La psicología de la intervención de crisis para los agentes del orden*. Toronto: Carswell Publisher, 2012.

St-Yves, M., C. Baroche y J. Renaud. "Trastornos de la personalidad e intervención en crisis". En The Psychology of Crisis Intervention for Law Enforcement Officer, M. St.-Yves y P. Collins, eds. Toronto: Carswell Publisher, 2012, 167–98.

De repente, Claire. "Los 10 principales escándalos del CEO". Time, 10 de agosto de 2010. Consultado el 4 de junio de

2013. http://www.time.com/time/specials/packages/article/0,28804,2009445_2009447_2009502,00.htm l .

Sutherland, EH y DR Cressey. Principios de criminología. Filadelfia: Lippincott, 1978.

Sutton, Robert I. *La regla de no imbécil: construir un lugar de trabajo civilizado y sobrevivir a uno que no lo es*. Nueva York: Business Plus, 2007.

Swanson, Charles R., Neil Chamelin y Leonard Territo. Investigación Criminal, 11ª ed. Nueva York: McGraw-Hill Companies, 2011.

Swartz, M. y col. "Estimación de la prevalencia del trastorno límite de la personalidad en la comunidad". Revista de trastornos de la personalidad 4, no. 3 (1990): 257–72.

Taraborrelli, J. Randi. La vida secreta de Marilyn Monroe. Nueva York: Rose Books, 2009.

Tarm, Michael. "Drew Peterson sentenciado a 38 años por asesinato". Associated Press, 21 de febrero de 2013. Consultado el 20 de noviembre de 2013. http://news.yahoo.com/drew-peterson-sentenced-38-yearsmurder-214735862.html .

Thomas, ME *Confesiones de un sociópata: una vida gastada escondiéndose a simple vista*. Nueva York: Crown Publishers, 2013.

Twenge, Jean M. y W. Keith Campbell. Vivir en la era del derecho: la epidemia de narcisismo. Nueva York:

Simon & Schuster, 2009.

US News & World Report, 4 de abril de 1988, 11.

Van Horn, Charisse. "Lea las transcripciones de los argumentos de cierre de Jodi Arias Trial, videos". Examiner.com , 14 de mayo de 2013. Consultado el 20 de julio de

2013. http://www.examiner.com/article/read-transcripts-from-jodi-arias-trial-closing-arguments-videosphotos .

Verplaetse, Jan, et al., Eds. *El cerebro moral: ensayos sobre los aspectos evolutivos y neurocientíficos de la moral*. Nueva York: Springer, 2009.

Vitello, Paul. "Clifford Olson, asesino en serie canadiense, murió a los 71 años". New York Times, 4 de octubre de 2011. Consultado el 9 de agosto de

2013. http://www.nytimes.com/2011/10/05/world/americas/clifford-olson-canadian-serial-killer-isdead-at -71.html?_R = 0 .

Waldinger, Robert y John Gunderson. Psicoterapia efectiva con pacientes limítrofes: estudios de caso. Nueva York: Macmillan, 1987.

Walsh, Anthony y Huei-Hsia Wu. "Diferenciando el trastorno de personalidad antisocial, la psicopatía y la sociopatía: consideraciones

evolutivas, genéticas, neurológicas y sociológicas". Criminal Justice Studies 21, núm. 2 (2008): 135–52.

WEEK, The, 21 de marzo de 2009, 20.

Will, George F. *Con un ojo feliz pero... : América y el mundo, 1997–2002*. Nueva York: Free Press, 2002.

Wilson, KJ *Cuando la violencia comienza en el hogar: una guía completa para comprender y poner fin al abuso doméstico*. Alameda, CA: Hunter House, 2006.

Winter, Michael y Donna Leinwand Leger. "Dorner acusado de asesinato, intento de asesinato de policías". USA

Today, 11 de febrero de 2013. Consultado el 22 de junio de

2013. http://www.usatoday.com/story/news/nation/2013/02/11/los-angeles-murder-chargesdorner/1910643/ .

Yaccino, Steven. "El ex funcionario se declara culpable de estafar a la ciudad de Illinois de $ 53 millones". New

York Times, 14 de noviembre de 2012. Consultado el 13 de julio de

2013. http://www.nytimes.com/2012/11/15/us/former-official-pleads-guilty-to-defrauding-illinois-townof -53-million.html? R = 0 .

Yochelson, Samuel y Stanton E. Samenow. La personalidad criminal. Nueva York: Jason Aronson, 1989.

Yudofsky, Stuart C. *Fatal Faws: Navegando las relaciones destructivas con personas con trastornos de personalidad y carácter*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing, 2005.

La mención de compañías, organizaciones o autoridades específicas en este libro no implica aprobación por parte del autor o editor, ni la mención de compañías, organizaciones o autoridades específicas implica que respaldan este libro, su autor o el editor.

Las direcciones de Internet y los números de teléfono que figuran en este libro eran precisos en el momento de su publicación.

Copyright © 2014 por Joe Navarro

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede reproducirse o transmitirse de ninguna forma o por ningún medio, electrónico o mecánico, incluyendo fotocopias, grabaciones o cualquier otro sistema de almacenamiento y recuperación de información, sin el permiso por escrito del editor.

Si bien el manuscrito de este libro fue revisado por la Oficina Federal de Investigaciones (FBI) antes de su publicación, las opiniones y pensamientos expresados en este documento pertenecen exclusivamente al autor.

Las listas de verificación de personalidades peligrosas de este libro han sido adaptadas de los siguientes libros publicados previamente por Joe Navarro y se utilizan con permiso:

Narcisistas entre nosotros por Joe Navarro

Cómo detectar una personalidad límite por Joe Navarro

Cómo detectar un psicópata por Joe Navarro

Diseño de libro por Amy C. King

Datos de catalogación en publicación de la Biblioteca del Congreso

Navarro, Joe

Personalidades peligrosas: un generador de perfiles del FBI muestra cómo identificarse y protegerse de las personas dañinas / Joe Navarro, MA, agente especial del FBI (Ret.) Con Toni Sciarra Poynter.

páginas cm

Incluye referencias bibliográficas e indice. ISBN 978-1-62336-192-1 (tapa dura comercial) eISBN 978-1-62336-193-8

1. Prevención del delito. 2. Criminales. 3. Delincuencia. 4. Psicópatas. 5. Trastornos antisociales de la personalidad. I. Poynter, Toni Sciarra. II Título.

HV7431.N38 2014

613.6′6 — dc23 2014012528

Inspiramos y permitimos que las personas mejoren sus vidas y el mundo que las rodea.